



**Чемпіон з українського Криму  
Олександр УСИК:  
«Ось моя відповідь вам,  
провокатори!»**

с. 11 »

ЦІКАВА

# Газета

на вихідні

19 липня 2018 року №29 (33) Ціна 4 грн

● «НАШІ ЛЮДИ В ГОЛЛІВУДІ»

## Фотографувати своє весілля принц Гаррі та Меган Маркл довірили професіоналу з волинськими коренями

Від цього красунчика втрачають розум і зірки-моделі, і фотографи-аматори. Усмішки на світлинах, які він робить, такі природні, що передають не лише настрій, а відтворюють справжні почуття, запам'ятовуються. Такою є сила мистецтва відомого фотомайстра 42-річного **Алексі Любомирського** (Олексія Любомирського), пращури якого, починаючи з XVIII століття, проживали на Рівненщині

Фото Алексі ЛЮБОМИРСЬКІ.



Справжній майстер змусив усміхнутися саму королеву Єлизавету II.

Мирослава КОЗЮПА

До наших днів палац князів Любомирських у Рівному не зберігся: у роки Першої світової війни його було розграбовано, а власник Адам Любомирський із дружиною Марією Єловецькою та маленьким сином Мартіном переїхали до Франції. Через деякий час князь повернувся до міста, оселився неподалік родинного маєтку, але в 1940-му його заарештували і він помер у місцевій тюрмі.

У 1975 році у передмісті Лондона в родині онука Адама Любомирського Владислава народжується син Алексі. Коли йому виповнюється рік, батьки розлучаються, і невдовзі мати, перуанка Ейлейн, удруге виходить заміж. Родина мешкає в африканській Ботсвані.

Будучи маленьким, Алексі зрозумів магію фотографії. Коли хлопцю виповнилося 11 років, йому подарували перший фотоапарат. Справжня любов до цієї справи проявилася під час подорожі до Перу, коли юнак навчався у коледжі. Тоді до душі припала репортажна зйомка, пізніше захопився портретною, а в Університеті Брайтона у Великобританії перейшов від соціальних фотографій до світських знімків.

За півроку до закінчення навчання він розіслав свої роботи відомим фотомайстрам, чий контакт зміг знайти. Завдяки саморекламі юнак став працювати асистентом в одного з найвідоміших фотографів світу Маріо Тестіно.

**Алексі зрозумів магію фотографії. Коли хлопцю виповнилося 11 років, йому подарували перший фотоапарат.**

За чотири роки співпраці з метром Алексі отримав величезний досвід роботи зі світлинами та спілкування з моделями.

Митець почав реалізовувати власні проекти. Одним із перших стала співпраця з моделлю Жакеттою Віллер, з якою у молодого чоловіка були романтичні стосунки. Кілька світлин, які зробив у ванній, оцінив редактор журналу «The Face», який і опублікував їх. А далі — ще кілька вдалих знімків у різних виданнях. І Алексі Любомирський стає відомим, завдяки



Алексі Любомирський — у трійці найелегантніших чоловіків планети.

силі-силенній замовників будує власну кар'єру.

Закінчення на с. 6 »

● НЕЙМОВІРНО



Фото stb.ua.

Переможець «Битви екстрасенсів» Каїн Крамер:

**«Щоб захиститися від злих духів, мийте підлогу з кропивою!»**

с. 3 »

● ЕКСКЛЮЗИВ

Фото radiosvoboda.org.



**Мирослава БАРЧУК:**  
**«Розмови «я поза політикою» вважаю лицемірством або глупством»**

Її знають як журналістку і телеведучу, котра займає активну проукраїнську позицію. А публікації на сторінці у «Фейсбук» свідчать, що ця жінка дуже вболіває за те, щоб українці жили без війни і пишалися своєю країною.

22 липня Мирослава Барчук (на фото), нині телеведуча каналу «Еспресо-ТБ», відзначає 50-ліття, і ми скористалися цим інформаційним приводом, щоб познайомити її з читачами «Цікавої газети на вихідні»

Оксана КОВАЛЕНКО

— Пані Мирославо, ви можете уявити себе поза політикою?

**Ми не можемо зараз дозволити собі бути поза політикою, бо в країні йде війна.**

— Взагалі ніхто серед нас не живе поза політикою. Розмови «не цікавлюсь політикою», «я поза політикою», чесно кажучи, вважаю лицемірством або глупством. Ми не можемо зараз дозволити собі бути поза політикою, бо в країні йде війна. Кожен наш вибір, кожна позиція — це політика.

Закінчення на с. 10 »

● ПУЛЬС ТИЖНЯ

# «Не тільки коментарі Трампа імбецильні, він повністю в кишені Путіна»

## Найрезонансніші події в житті країни та світу очима наших журналістів



«М'яч на вашому боці», — підколос Путін, вручаючи подарунок Трампу із ЧС-2018. Він знав, що в цей день переграв главу Білого дому.

## Добре, що хоч Крим не віддав...

**На жаль, нічого хорошого для України не принесла понедількова зустріч глави Білого дому Дональда Трампа й очільника Кремля Володимира Путіна в Гельсінкі**

Принаймні під час спільної прес-конференції президент США жодним словом не обмовився про Україну. Натомість Путін наголосив: Росія через референдум законно повернула собі Крим, але цю його позицію не сприймає Дональд Трамп. Також очільник Кремля запевнив американського президента, що Росія збереже транзит газу через Україну після будівництва «Північного потоку — 2».

Загалом, малий на зріст Путін (165 см) був потужніший на вигляд, ніж високий Трамп (191 см). Навіть однопартійці глави Білого дому — республіканці — розкритикували американця №1. За їхніми словами, під час прес-конференції глава Білого дому не сказав жодного критичного слова про Росію щодо питань,

які призвели до погіршення відносин між обома країнами. Натомість засудив «дурість» політики США, особливо рішення щодо розслідування втручання в президентські вибори Америки.

«Коли він мав можливість захистити наші розвідувальні служби, які працюють на нього, я був дуже розчарований і засмучений еквівалентністю, яку він дозволив, і тим, що Путін говорив. Коментарі президента Трампа змусили нас виглядати нацією, більше схожою на слабого гравця, і я цим дуже розчарований», — підсумував Reuters сенатор-республіканець Боб Коркервін.

Водночас екс-глава ЦРУ Джон Бреннан звинуватив главу Білого дому в зраді. «Виступ Дональда Трампа на прес-конференції в Гельсінкі виходить за межі поняття «особливо тяжкі злочини і вчинки». Це не що інше, як зрада. Не тільки коментарі Трампа імбецильні, він повністю в кишені Путіна. Патріотично-республіканці, де ви?» — написав Бреннан.

Проукраїнський сенатор Джон Маккейн назвав заяви Трампа на прес-конференції «одним із найбільш ганебних виступів американського президента за свою пам'ять», а саму зустріч — «трагічною помилкою», на якій він зробив «свідомий вибір захищати тирана».

До речі, пізніше в інтерв'ю телеканалу Fox News Володимир Путін пригрозив Україні та Грузії, якщо вони увійдуть у Північноатлантичний альянс. «Пересування інфраструктури НАТО до наших кордонів — загроза, і... реакція буде вкрай негативною», — заявив Путін. У відповідь Петро Порошенко прокоментував слова щодо України: «Якщо так багато говорив, то йому воно свербить».

**Дотепно, звісно, Петре Олексійовичу. Але нам від того не легше, коли навіть президент Сполучених Штатів виглядав перед тим, кому свербить, як загінотизований...**

**P. S. Імбецильність — психічна недорозвиненість, слабоумство.**

## Олег Тягнизуб зрушив зубами... літак!

**У п'ятитонному Ан-2 перебувало 15 осіб (на фото)**

У такий спосіб 35-річний львів'янин, лікар-педіатр Західноукраїнського спеціалізованого дитячого центру, стронгмен Олег Скавиш (псевдо — Тягнизуб) установив черговий рекорд України. На його рахунок вже 12 національних та два світові досягнення: пересування по воді плавучого крана, а по асфальту — 16-тонного автобуса.

«Мої зуби — Божий дар, який радо використовую. Після тягання машин і трамваїв зубного болю не відчуваю. Лише трохи втомлений», — зізнався Олег Скавиш кореспондентці «Високого замку».

**Кращої кандидатури для реклами вітчизняної зубної пасти й не знайти. Може, її виробники здогадаються запросити пана Тягнизуба знятися у ролик, щоб ми дізналися, що паста «Made in Ukraine» таки є!**



## Так багато на нашій планеті ще ніхто не заробив

**54-річний засновник компанії Amazon американець Джеффри Безос (на фото) став найбагатшою людиною в історії**

Чиста вартість статків власника найпотужнішої мережі інтернет-магазинів 16 липня зранку виросла до 150 млрд доларів. Це на 55 млрд більше, ніж у його співвітчизника, одного із засновників Microsoft Corp Білла Гейтса, котрий тепер другий у списку найбагатших людей світу.

**Про такі статки ми і не мріяли. А наші депутати та міністри, як гадаєте?**

## ● ФОТОФАКТ



## На цьому знімку — вся Росія

**Її характер, мислення, світобачення, політика**

Під час церемонії нагородження фіналістів Чемпіонату світу з футболу (у вирішальному матчі Франція здолала Хорватію — 4:2) у Москві на «Лужниках» розпочалася злива. Коли перші краплі дощу впали з неба, над Володимиром Путіним одразу «виросла» парасоля. Натомість президенти Франції, Хорватії та FIFA — Еммануель Макрон, Колінда Грабар-Кітарович та Джанні Інфантино — промкли до нитки, поки їм вручили «розчепірки». Останньою, до речі, парасолю

відкрили над пані Коліндою.

Як написала у вівторковому випуску «Газета Волинь», «Справжній мужик» і любитель демонструвати свій голій торс навіть не второпав, що парасольку варто було б «уступити» жінці (хай навіть із міркувань «піару», якщо уявлень про джентльменство немає навіть у зародку!).

**Бо це, панове, вам «Россея», де мови про гендерну рівність і бути не може. Жінка там — ніхто. Азія, одним словом!**

## ЧЕМпіОНАМИ СвіТУ з ФУТБОЛУ СТАВАЛИ:

**Бразилія — 5 разів (1958, 1962, 1970, 1994, 2002), Німеччина — 4 (1954, 1974, 1990, 2014), Італія — 4 (1934, 1938, 1982, 2006), Уругвай — 2 (1930, 1950), Аргентина — 2 (1978, 1986), Франція — 2 (1998, 2018), Англія — 1 (1966), Іспанія — 1 (2010).**



## ● ПРЯМА МОВА

**Володимир В'ЯТРОВИЧ**, голова Українського інституту національної пам'яті, про те, що непокаране зло стає ще більшим:

*Ми досі не спромоглися зробити те, чого вимагало суспільство: покарати винних у вбивствах на Майдані. А ще зупинили будову меморіалу Героїв Небесної сотні. Непокаране зло зростає.*



## ● НЕЙМОВІРНО!

# Переможець «Битви екстрасенсів» Каїн КРАМЕР: «Щоб захиститися від злих духів, мийте підлогу з кропивою!»

Нещодавно 25-річний адміністратор інтернет-магазину із невеликого містечка на Київщині став відомим на всю країну. Здобути популярність йому допомогла магія... вітчизняного телебачення. Завдяки проекту «Битва екстрасенсів» у нашому медіапросторі з'явилося ім'я Каїна Крамера, якого назвали найсильнішим ясновидцем. Навіть знаменитий ведучий шоу Павло Костіцин змушений був визнати: «Спочатку я не думав, що він виграє. Проте він упевнено справлявся з усіма завданнями із туру в тур. Я зрозумів, що помилився»...



Павло Костіцин спочатку не вірив у перемогу Каїна Крамера.

потойбічного хлопець почав з дитинства. Каже, що часто шокував себе своїм даром. Але не всім про нього розповідав.

— Про мої здібності знало маленьке коло людей. І всі вони — люди адекватні. Розуміли, що я не граю з цим, а налаштований серйозно, — говорить хлопець. Зрозуміти суть «графічної магії», за поясненнями екстрасенса

уже несе сенс. Це універсальний ключ, завдяки якому ми можемо працювати з живими та мертвими».

Активує Каїн свої «малюнки» «попелом демонів», що для православної людини звучить надто безглуздо. А от під час проекту він давав поради й висловлював припущення, цілком характерні для слов'янської міфології. Наприклад, коли екстрасенси з'ясували, чому донька подружжя Ольги та Андрія Зінкевичів із Воротнева Луцького району щороку впадає в кому, Крамер розповів, що практично біля кожного двору в селі стоїть хрест, а в кожному будинку є чорна хустина вдови. «Вся ця земля із нечистю. Ці всі духи гуляють по селі...» — заявив хлопець. А щоб не впустити нечисть до хати, Каїн на сайті проекту рекомендує мити підлогу з кропивою та полиномом, а також обкурювати хату травами.

— Відчиніть вікна та двері та, починаючи від вхідних проти годинникової стрілки, обійдіть усі кімнати, окурюючи при цьому кожен стіну і куток. Закінчується процес повинен також біля вхідних дверей. Дуже важливо! На завершення обов'язково провітрити приміщення.

Ще чоловік рекомендує схрещувати руки і ноги під час контакту з «магічними агресорами» і носити червону нитку.

Поради наче безневинні, бо ж гігієна житла — це справді важливо, а закриті жести можуть вказати вашому співрозмовнику, що вам нецікаво.

А от християнам від усіляких забобонів із нитками на зап'ястях таки ліпше відмовитися. Тим паче, Каїн Крамер називає себе темним практиком.

— Магія сама по собі нейтральна, тому що енергія одна на всіх. Енергія не має кольору, темного чи світлого боку. А людина, яка працює з магією, сама надає їй забарвлення — темного або світлого.

Цікавитися темою  
потойбічного хлопець  
почав з дитинства.  
Каже, що часто  
шокував себе своїм  
даром.

в інтерв'ю для stb.ua, не просто: «Це будь-яке графічне зображення чого-небудь. Графічною магією можна

назвати сигіли, руни, гліфи... Найчастіше ця фігура приходить сама — і ти несвідомо починаєш її малювати. Це і є сигіл. У цю фігуру вкладено наше бажання. Він

назвати сигіли, руни, гліфи... Найчастіше ця фігура приходить сама — і ти несвідомо починаєш її малювати. Це і є сигіл. У цю фігуру вкладено наше бажання. Він

## Леонід ОЛІЙНИК

Для того, щоб створити привабливий образ чародія, телевізійника (або й сам чоловік) включили у свою історію прабабусю-знахарку, яка передала йому свій «дар», подружку, зниклу в зоні АТО, й безліч «магічних» термінів, що створюють враження «підкованості» героя у паранормальних справах.

Отож мешканець Славутича на псевдо Каїн Крамер називає себе жрецем графічної магії. Ім'я таке обрав собі на честь музичної групи SLIN, композиції якої допомагають йому входити у трансний стан, а «Крамер» — як пам'ять про подружку, яку втратив у війні на Сході.

Цікавитися темою



Гримери добре попрацювали над демонічним образом героя.

ФОТО stb.ua.

## ● СОВІСТЬ НАЦІЇ



## Ада Роговцева про Путіна: «Таких виродків, як він, треба знищувати!»

Герой України, знаменита артистка театру та кіно в інтерв'ю Obozrevatel.com різко висловилася про главу Кремля і його прибічників

— Вам є що сказати Володимиру Путіну?

— А я йому вже все сказала... Колись ще давно, здається, при Кучмі, він приїхав в Україну з якимось візитом, і неясно, з чого раптом заявив: мовляв, в Україні ж є така артистка — Роговцева, буду з нею на обіді сидіти. І ми з ним обідали. Говорили. І тоді я йому прочитала Цветаєву: «Если душа родилась крылатой — что ей хоромы и что ей хаты! Что Чингисхан ей, и что — Орда! Два на миру у меня врага, два близнеца, неразрывно-слитых: голод голодных...», і тут, глянувши на Путіна, — «...и сытость сытых». Тому що чаштування було хорошим. Ситість ситих.

Не пам'ятаю, що там сталося далі, але Путін читав Шевченка. Коли ж почалася ця велика біда у 2014-му, я насамперед звернулася до нього, нагадавши і Цветає-

— Чи підтримуєте ви стосунки з хлопцями після виступів на передовій?

— Аякже! Я їду туди тільки тому, що вони кличуть. Бійці мене знають і один одному передають контакти. І не кажуть, що була артистка, а просто: «Була Ада, Ада Миколаївна» (усміхається)...

Кажу їм: «Хлопчики, рідні, ви розумніші, мудріші та кращі, ніж ми всі, бо ми не знаємо того, що знаєте ви, бо не збирали по шматочках — руки, ноги, голови — своїх товаришів, не дивилися так смерті в очі один на один, коли вирішує секунда, жити тобі чи ні...» Ми багато чого не знаємо, не відаємо тієї несправедливості, коли не привезуть поїсти, і я їм кажу: «Ось ви повернетесь до нас, які не знають цього холоду, голоду, страху смерті, відчаю, коли ховаєш близьку людину, і вам доведеться пристосовуватися. Так-от: будьте ви вищі за нас, мудріші, прощайте тим, хто не розуміє».

Але все, що стосується війни... я баба. Жінка (киває головою). Я знаю те, що такого не повинно бути, адже вмирають діти, а разом з ними їхні батьки, матері. Не може жінка пережити смерть свого сина, вона стає іншою, потойбічною, якою стала і я, поховавши свого. Не стало у 50 років мого щастя, життя, його сенсу. І якщо б не дочка, не онуки, я б зараз не сиділа перед вами, тому що разом із сином вмирає мати. І скільки таких мертвих матерів зараз в Україні? Про них треба дбати, а хто це зробить? Іноді й доброго слова не промовлять, не кажучи вже про те, щоб заплатити якісь копійки, щоб вона хоча б квіти синові на могилу купила.

І це є, і це залежить від нас, не тільки від тих, хто угорі, а й тих, хто живе поруч із цією страшною бідою. Страшною війною. І ми всі живемо поряд, от тільки вдаємо, що це не так...

Джерело: obozrevatel.com.



Ада Миколаївна цілує протез воїну-десантнику Житомирської 95-ї аеромобільної бригади Владислави Кузнєцову під час нагородження його орденом «Народний Герой України».

## ● ПРО ЦЕ ГОВОРЯТЬ

**24 ЯК РОЗРАХУВАТИ АКЦИЗНИЙ ПОДАТОК**

Сума акцизного податку =  
Базова ставка x Коефіцієнт  $\frac{\text{двигун}}{1000}$  x Коефіцієнт  $\frac{\text{вік}}{10}$

**2.0**

Об'єм двигуна: 2000 см<sup>3</sup>  
Рік випуску авто: 2012 (повних 5 років)

50 (євро) x 2 (2000 см<sup>3</sup>/1000) x 5 (років) = 500 євро

**1.6**

Об'єм двигуна: 1600 см<sup>3</sup>  
Рік випуску авто: 2007 (повних 10 років)

75 (євро) x 1,6 (1600 см<sup>3</sup>/1000) x 10 (років) = 1200 євро

Фото 24 tv.ua.

## Скільки коштуватиме легалізація «євроблях»

13 липня депутати в першому читанні прийняли за основу закони голови Комітету з питань податкової та митної політики Верховної Ради Ніни Южаніної про розмитнення і акциз на авто, включаючи так звані «євробляхи» та інші б/у іномарки. Головні зміни полягають у нових правилах розрахунку акцизу і впровадженні суворих штрафів для власників нерозмитнених авто

Петро МАКАРУК

За законом пропонується 2 формули підрахунку акцизів: 50 євро — для бензинових авто і 75 євро — для дизельних. Цю ставку множать на коефіцієнт віку і коефіцієнт об'єму двигуна. Щоб визначити коефіцієнт двигуна, його об'єм необхідно розділити на 1000. Наприклад: для 5-річного автомобіля з 2-літровим бензиновим мотором акциз становитиме 500 євро. На 40 євро дорожче вийде акциз на 4-річну дизельну машину з меншим об'ємом двигуна (1,8 л) — як вирахувувати, це демонструє фотосхема вгорі.

**За законом пропонується 2 формули підрахунку акцизів: 50 євро — для бензинових авто і 75 євро — для дизельних.**

Якщо автомобіль новий, то коефіцієнт віку до нього не застосовується. При цьому акциз встановлюється за тією ж формулою. Відзначимо, крім акцизу також доведеться заплатити ПДВ (20% вартості машини) і ввізне мито (10%).

Крім того, передбачені збільшені в рази штрафи для власників прострочених «євроблях» та інших нерозмитнених авто. Зокрема, мова йде про терміни транзиту і його прострочення.

**Порушення термінів реєстрації для транзитних авто:**

- більше 20 днів — 85 000 грн
- більше 30 днів — 170 000 грн.

**Порушення режиму тимчасового користування автомобілем:**

- більше 10 днів — 85 000 грн
- більше 30 днів — 170 000 грн.

## ● КОЛЕСО ІСТОРІЇ

# Орден є, а прах княгині Ольги зник?

Які таємниці життя і смерті найвідомішої жінки в історії України залишаються нерозгаданими?

Інна ПІЛЮК

## ПСКОВСЬКА, АЛЕ НЕ МОСКОВСЬКА

На політичному олімпі Київської Русі вона з'явилася вже повнолітньою і одразу — потенційною княгинею, адже вперше в літописах Ольгу згадують у контексті весілля з руським князем Ігорем. Де і коли народилася — все це досі залишається таємницею. Деякі дослідники вважають, що походила вона з багатого роду варягів і насправді мала скандинавське ім'я Хельга, що означає «священна». Дехто ж переконаний, що народилася дівчина у простій сім'ї у селі Вибути поблизу Пскова, тому ніде й не згадані імена її батьків-простолудинів. До слова, таке походження княгині аж ніяким чином не споріднює її з нинішньою Росією. Псков, як і Новгород, не належали московитам до XV століття.

## ПРИКАЗКА «ЗНАЙСЯ КІНЬ З КОНЕМ, А ВІЛ З ВОЛОМ» НЕ СПРАЦЮВАЛА

Ольга та її майбутній чоловік познайомилися не зовсім в романтичній обстановці. Ігор був на полюванні, переправлявся через річку, а перевізником якраз і виявилася його суджена, чомусь переодягнена в чоловічий одяг. Але князь здогадався, що до чого і відразу зробив їй нескромну пропозицію. Однак його чекало фіаско. Дівчина відчитала монарха: «Нехай я молода і незатна, і одна тут, але знай: краще для мене кинутися в річку, ніж стерпіти наругу». А коли прийшов час князю шукати наречену, він і згадав норовливу, але чарівну і мудру Ольгу.

## СИН НА ЧОТИРИ ДЕСЯТКИ РОКІВ МОЛОДШІЙ ЗА... САМОГО СЕБЕ?

За літописними згадками, Ігор та Ольга одружилися у 903 році. І тільки майже через чотири десятиліття, у 942-му, в них народився єдиний син — Святослав. На думку науковців, така пізня поява спадкоємця престолу малоімовірна, адже жінці на той час мало б бути



Суворий норів княгині видно навіть на іконі.

50 – 55 років. Та й за тодішньої спадкоємності влади і досить вільної язичницької сім'ї Ігор навряд чи чекав би

**“Нехай я молода і незатна, і одна тут, але знай: краще для мене кинутися в річку, ніж стерпіти наругу.”**

так довго народження сина. Тож дослідники припускають, що насправді він з'явився на світ близько 910-го. Згодом Ольга стала схилияти сина, аби він охрестився, але Святослав не поділяв таких устремлінь своєї матері. Потішив її у цих прагненнях онук Володимир і таки охрестив Київську Русь.

## ЛЮБОВ І ПОМСТА ЧИ ЛІТОПИСНІ ВИГАДКИ ЇЇ ПРОСЛАВИЛИ?

Жіноча помста і тисячі років тому мала місце у сусунках і саме завдяки їй Ольга увійшла в історію не тільки як та, яка запровадила

християнство. Якщо вірити «Повісті временних літ», то княгиня жорстоко помстилася племені древлян за те, що вбили її чоловіка Ігоря. За легендою, вони потому прийшли з проханням, аби жінка одружилася з їхнім князем Малом. Одну групу посланців ображена володарка звеліла живцем закопати в ямі прямо у своєму дворі, інших спалила в лазні, а ще п'ять тисяч нещасних за її наказом порубали під час поминальної тризни за Ігорем. А відтак Ольга ще й спалила їхню столицю Іскоростень (нині Коростень Житомирської області) та наклала на древлян важку данину. Однак все частіше дослідники твердять про значне перебільшення масштабів насправді невеликого міжплеменного конфлікту, що дійсно відбувався у Київській Русі.

## ВІЗАНТІЙСЬКЕ ХРЕЩЕННЯ ВИЯВИЛОСЯ ЛЕГЕНДОЮ

Попри усталену думку, що Ольга їздила до Константинополя, аби прийняти християнство, там вона з'явилася вже охрещеною. Докази цього, нехай і непрямі, містять візантійські протоколи з описом церемонії прийому її в імператорському палаці. Під час нього від Ольги не зажадали потрійного поклону і падіння навколішки перед тронном, вона сиділа за одним столом з імператором та імператрицею. Це було б неможливо, коли б княгиня була язичницею. Не зберігали б у Софійському соборі в Константинополі золоту тарелі з християнською символікою, якби подарувала її язичниця, та й навряд чи вона могла б піднести такий дарунок. Ці факти, а також присутність у складі Ольжиного супроводу священника, дають підстави твердити, що княгиня охрестилася в Києві невдовзі перед своєю подорожжю. Ймовірно, зробила вона це приватно та ще й таємно. У Константинополі ж, можливо, благословив її патріарх — така собі легалізація причетності до християнства. Подібна акція мала б означати вже не приватний, а державний рівень прилучення Київської Русі до нової віри.

## ТО ДЕ ВОНА ПЕРЕПОХОВАНА?

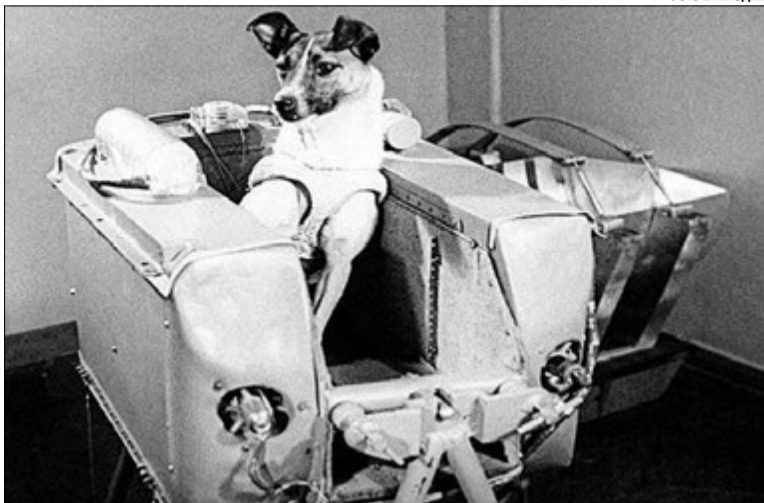
Ольга померла 11 (за новим стилем — 24) липня 969 року в Києві. Вона заповіла не правити тризни на її могилі. Княгиню поховали у збудованому нею дерев'яному храмі Святої Софії, що невдовзі згорів. Під час нападу монголів мощі сховали під руїнами Десятинної церкви. Одні джерела стверджують, що вони й досі там. Інші ж запевняють, що митрополит Петро Могила, відбудовуючи 1635 року невелику церкву на місці Десятинної, віднайшов останки жінки. За наказом московського синоду прах перепоховали, але місце нікому не відоме.

## ДО РЕЧІ

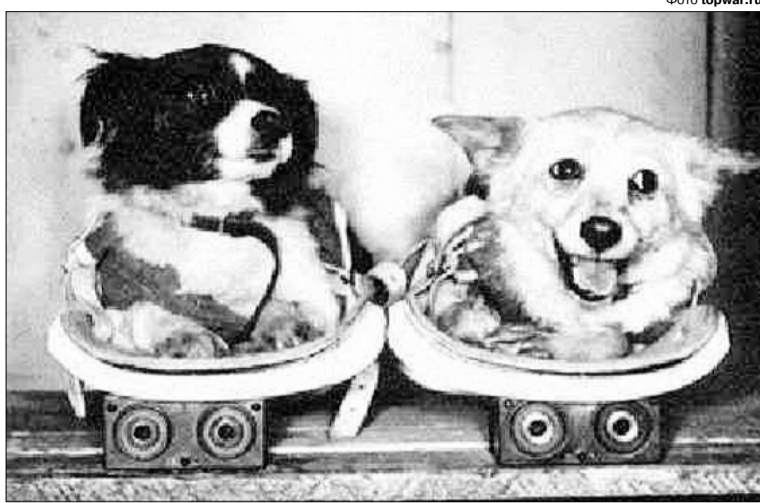
- На відзначення заслуг жінок у розвитку Української держави, духовному відродженні нації, вихованні дітей встановлено нагороду Президента України «Орден княгині Ольги» I, II, III ступенів. Нещодавно такої орден II ступеня отримала народна художниця Волині Валентина Михальська.
- Ольга вважається покровителькою вдов і навернених християн.



● ЯК ЦЕ БУЛО



Лайка — перша жива істота, яка побувала на орбіті.



Дезік і Циган перед стартом.

посмертно звання Героя Радянського Союзу. На честь неї ставили пам'ятники, випускали поштові марки, виготовили цигарки та шоколадні цукерки «Лайка».

На початку 1960-х апарат «Восток» був готовий і розпочалися нові експерименти. 28 липня 1960 року в космос летять Лисичка і Чайка. Собаки гинуть від вибуху ракети на старті — інженери починають розробляти аварійну систему порятунку на попередніх етапах запуску. 1 грудня 1960-го — в космосі вже добу Мушка та Бджілка. Політ нормальний, приходить імпульс-команда повертатися, однак через збій апарат летить у бік Юпітера. Після цього Корольов дає завдання розробити систему автоматичного спуску жилого відсіку. Трапляється ще декілька інцидентів — після кожного з них конструкція «Востока» вдосконалюється.

Під час цієї серії запусків двом «песонавтам» пощастило найбільше. Білка та Стрілка стали справжніми зірками. Їхній політ відбувся 19 серпня 1960 року. Для спостереження за собаками вперше використовувалися телекамери. Політ тривав 25 годин — за цей час корабель здійснив 17 повних витків навколо Землі. Після 4-го Білка стала дуже неспокійною. Саме її поведінка і визначила, що перший політ людини буде обмежений лише одним витком на орбіті. Після вдалої посадки в космосі Білка та Стрілка більше не були. Натомість відвідували всі офіційні заходи та дитячі ялинки. Стрілка двічі народжувала цуциків, які користувалися фантастичною популярністю. Одного з них — Пушинку — Хрущов навіть подарував Жаклін Кеннеді.

У березні 1961-го запускається нова модифікація корабля — «Восток-3». 9 березня Чорнушка та 25 березня Зірочка успішно відтворюють модель польоту людини — виток навколо Землі та повернення. Із собаками літали миші, морські свинки та Іван Іванович — так жартома називали манекен космонавта. А Зірочку, до речі, насправді звали Удача, однак через забобони її ім'я вирішили змінити. Все проходить успішно. І до легендарних слів «Поїхали», залишається 18 днів.

...Важко переоцінити внесок у справі підкорення космосу, який зробили чотирилапі. Мабуть, не випадково розповідають історію про те, як на одному з бенкетів уже всесвітньо відомий герой Юрій Гагарін сказав: «До цього часу не розумію, хто я — перша людина чи остання собака».

# Спочатку в космосі пролунало: «Гав-Гав!»

Ще до появи ракет люди мріяли побувати на далеких планетах. Час проходив — літальні апарати піднімалися все вище і вище. Але без пілотів. І якби не брати наші менші, хто знає, коли б відбувся запуск корабля «Восток» із Юрієм Гагаріним на борту

Олександр ДУРМАНЕНКО

22 липня 1951 року увійшло в історію як перший собачий старт. Дворняжки Дезік і Циган витримали його і довели, що на ракетах можуть літати істоти. Поєднуючи успіхи та невдачі, собаки торували шлях до зірок, але історія їхніх польотів розпочинається трохи раніше.

Наприкінці 1947-го творець вітчизняної космонавтики Сергій Павлович Корольов поставив завдання — на орбіту повинен вирушити корабель із пілотом. Однак перед цим потрібно було провести багато медичних досліджень — ніхто не знав, як невагомість і перевантаження впливають на організм. Та й технічну реалізацію проекту уявляли досить розпливчато.

Для розв'язання цих завдань у ролі піддослідних вибрали собак. Було сформовано загін «перших космонавтів» — 32 безпритульні пси, зібрані по московських закутках. Дворняг обрали через їхню здатність швидко пристосуватися до нових умов життя. Піддослідні проходили повний комплекс випробувань: центрифугу,

вібростенд та барокамеру. Їх вчили не лякатися незнайомих звуків, тісного спорядження, закріплених на тілі датчиків. До літа 1951 року було підготовлено 14 тварин, які за результатами тренувань мали індивідуальні рейтинги. Обрали двох найкращих — Дезіка та Цигана — героїв першого собачого старту. Ракета Р-1Б піднялася на висоту 87 кілометрів, від неї відділилася герметична кабіна із собаками, яка приземлилася на парашуті. Ретельний огляд чотирилапих підтвердив — вони абсолютно здорові. Але за тиждень Дезік загинув — під час наступних випробувань не розкрився парашут. Так було розпочато сумний список жертв космосу. Група вчених — організаторів польоту — отримала Сталінську премію, а світ дізнався про подію лише 18 вересня 1991 року — настільки секретним був проєкт!

Загалом під час першої серії запусків — на висоту до 100 кілометрів — у космосі побувало 7 собачок. 4 з них — загинули. Причини невдач ретельно аналізували і в конструкцію апаратів вносили зміни.

4 жовтня 1957-го на орбіту було виведено перший штучний супутник Землі. Окрилений цією подією тодішній керівник країни Микита Хрущов вимагав, щоб

“**Стрілка двічі народжувала цуциків, які користувалися фантастичною популярністю. Одного з них — Пушинку — Хрущов навіть подарував Жаклін Кеннеді.**

до 40-ї річниці революції було запущено ще один об'єкт. Сергій Корольов вирішив, що цього разу на його борту буде перебувати чотирилапий космонавт. Усі розуміли це — квиток в один кінець — і собака приречена на загибель. З 10 кандидатур обрали Альбіну, Лайку та Муху. А вже з них найпідготовленішою визнали Лайку.

3 листопада 1957 року з космодрому Байконур стартувала ракета, на борту якої був «Супутник-2». А в одному з його відсіків — собака. Це був перший розсекречений старт — фото Лайки обійшли сторінки газет світу. The New York Times вийшла із заголовком на першій шпальті — «Найкудлатіший, найсамотніший і найнещасніший у світі собака». Повідомляли, що Лайка з максимальним комфортом пробуде на орбіті 7 днів, після чого її безболісно присиплять. Однак експеримент виявився трагічно коротким. Системи життєзабезпечення не справилися з перегрівом корпусу і на 4-му витку, дані від «собаконавта» перестали надходити. Згодом дослідники встановили, що Лайка загинула ще раніше — на 5-7 годині польоту. Розповіді про це — означало визнати провал експерименту, тож газети і радіо ще тиждень повідомляли про стан уже мертвої собаки. Світ цей політ сприйняв неоднозначно — Хрущова називали варваром і живодером. Водночас приходили сотні листів із пропозицією присвоїти тварині

● Для душі

## Коли обіймають і цілують... телевизор

Лікар заклопотано схилив голову. Стан його пацієнта не покращувався. Уже десять днів лікування не давало жодного результату. Старенький не залишав лікарняного ліжка, здавалося, що, втомлений і зневірений, він втратив бажання змагатись за життя

Бруно ФЕРРЕРО, оповідання «Турбота» з книги «365 коротких історій для душі» (видавництво «Свічадо»)



знову набуло здорового вигляду.  
— Що сталося? — запитав лікар.  
— Лише вчора ваш стан був просто розпачливий. Нині ж організм функціонує прекрасно! Чи міг би я знати, що ж трапилось? Старенький усміхнувся. Спокійно ствердив:  
— Маєте рацію, лікарю. Дещо трапилось. Учора мене відвідав мій онук і сказав: «Дідусю, мусиш негайно по-

вертатись додому, бо поламався мій велосипед»...  
У будинку Спокійної Осені подейкували, що старша пані, трохи не сповна розуму, має дуже дивну звичку. Кожного вечора обіймає й цілує телевизор. Асистент запитав стареньку, навіщо це робить?  
— Диктор — єдина у світі особа, яка вітається зі мною ще й мені по-сміхається.



Фото YouTube.com.

“**Дідусю, мусиш негайно повертатись додому, бо поламався мій велосипед.**

Наступного дня лікар був здивований. До старенького враз повернулася вся його енергія. Сидів, опертий на подушки, його обличчя

## ● «НАШІ ЛЮДИ В ГОЛЛІВУДІ»



Чарівна фраза «Хто любить Smarties?» змусила всіх подивитися в об'єктив.



Знімок молодят на сходах Віндзорського замку вважають найкращим в історії королівських шлюбів.

## Фотографувати своє весілля принц Гаррі та Меган Маркл довірили професіоналу з волинськими коренями

Від цього красунчика втрачають розум і зірки-моделі, і фотографи-аматори. Усмішки на світлинах, які він робить, такі природні, що передають не лише настрій, а відтворюють справжні почуття, запам'ятовуються. Такою є сила мистецтва відомого майстра 42-річного Алексі Любомирські (Олексія Любомирського), пращури якого, починаючи з XVIII століття, проживали на Рівненщині

Закінчення. Початок на с. 1

Мирослава КОЗЮПА

Фотографуючи людей, майстер уміє знайти і сконцентруватися на характерній рисі своєї моделі. На його знімках відомі знаменитості сміються, сумують і плачуть, даруючи свої почуття і природну красу. Світлини унікальні за кольоровою гамою, насиченням та співвідношенням світла і тіні, завжди актуальні та сучасні, таємничі та нерозгадані. Тож не дивно, що роботи митця прикрашають обкладинки журналів Vogue, Harper's Bazaar і L'Officiel, стають обличчям рекламних компаній Valentino, Louis Vuitton, Gucci, Lancome і L'Oreal, а в чергу на фотосесії записуються голлівудські зірки Джулія Робертс, Наталі Портман, Дженніфер Лопес та багато інших. До кожної з них фотограф знаходить підхід — когось потрібно заспокоїти, а декого змусити усміхнутися. Справляється і з тим, щоб знаменитість не затьмарилася модною річчю, на якій треба акцентувати увагу глядача. «Знімаючи Дженніфер Еністон на пляжі, я сказав: «Хочу, щоб ти була Мерилін Монро». І вона прийшла у великому теплому светрі. «З Демі Мур все було по-іншому, я намагався її розсмішити. За два дні зйомок я помітив, що кожен раз, коли ми говорили про Ештоні Катчера, її очі блищали, тому попросив асистента роздрукувати знімки актора у форматі А4». Коли вона повернулася в студію, я приклеїв портрет Ештоні собі на лоба. Вона розсміялася, і обкладинка була готова», — розповідає Алексі Любомирські.



Сім'я для Алексі — головне джерело натхнення.

Нещодавно молодого професіонала найняли для зйомок королівського весілля принца Гаррі та Меган Маркл. Ця робота стала однією з вершин слави митця. Серед унікальних світлин — чорно-білий знімок, де герцог та герцогиня Сассекські сидять на сходах тераси Віндзорського замку. За словами Любомирського, все, що відбувалося, було підпорядковане суворому розкладу, тож на роботу він мав лише 3,5 хвилини. Його знімки визнали геніальними, пробачивши навіть те, що частина

руки нареченого залишилася за кадром — неприпустимий для інших промах. Мовляв, канони змінюються, бо головне на фото — справжність почуттів.

Відзначили шанувальники цього мистецтва і фотосесію королівської родини, бо світлини були не такими офіційними, як з весілля принца Вільяма і Кейт Міддлтон. «Мені дуже не хотілося, щоб у нас вийшов портрет у стилі спортивної команди або армійське фото — ідеально вибудоване і суворо. Тому ми разом подумали над тим,

Його знімки визнали геніальними, пробачивши навіть те, що частина руки нареченого залишилася за кадром — неприпустимий для інших промах. Мовляв, канони змінюються, бо головне на фото — справжність почуттів.

як знімку можна надати ритму і додати асиметрії. Ми не робили нічого незвичайного — деяких членів сім'ї попросили сісти, хтось стояв, принцесу Шарлотту посадили на коліна герцогині Кембриджської», — розкрив секрети майстер. На створення шести знімків було виділено всього 25 хвилин, тож перед британцем постала доволі нелегка справа — щоб усі десятеро дітей дивилися в кадр і усміхалися. «Поки я садив Її Величність Єлизавету II і Його королівську високість герцога Единбургського, на задньому плані хтось заплакав і почався якийсь хаос. Потім я почув чарівне слово — Smarties. Це британський аналог M&M, і як тільки ми почали знімати дітей, я голосно запитав: «Хто любить Smarties?» Діти і навіть деякі дорослі підняли руки вгору і почали усміхатися», — розповів Алексі. Згодом митець подякував монаршій родині за честь «стати свідком королівського кохання».

Десять років тому молодий чоловік познайомився з Джадою Торрі, яка була куратором однієї з виставок. Пара одружилася вже через рік. Жінка, в якій італійське і кубинське коріння, народила нащадкові польського князя двох синів. Алексі Любомирські у 2013 році випустив книгу своїх фотографій, а у 2014-му видав дитячу книгу «Поради принцу для щасливого життя», на написання якої його надихнули діти. За наполяганням глави сімейства родина проживає у Нью-Йорку.

Роботи Алексі Любомирського неодноразово визнавалися кращими у різних номінаціях і їм проорокують велике майбутнє. Як і у його пращурів, які намагалися підкорити європейські території, у Алекса Любомирського така сама жага до перемоги, визнання, встановлення своїх правил — тільки вже у мистецтві. Недаремно у жилах тече князівська кров.

● ВАРТО ЗНАТИ

# 10 порад нейрохірурга, як вберегти спину від болю

«Часто змінюйте положення, не куріть і вчіться протидіяти стресу», — лікар-нейрохірург Вадим Ілляшенко рекомендує прості щоденні звички для профілактики болю у спині. Його настанови публікує офіційний сайт Міністерства охорони здоров'я

## 1. ПЕРІОДИЧНО РОЗМИНАЙТЕСЬ

Одна з причин болю — переважання передніх нахилів (положення сидячи, робота в нахилі вперед). Зазвичай ви прокидаєтесь, сидячи снідаєте, чистите зуби або зав'язуєте шнурки, нахилившись вперед, прямуєте на роботу, знову-таки сидячи в транспорті, далі працюєте за столом тривалий відрізок дня. Це звичайний день для більшості з нас. Мало хто (за винятком людей, які активно займаються спортом) робить зворотний рух — нахили в хребті або прогини назад. Це веде до постійного перевантаження передніх відділів хребта (найперше міжхребцевого диска) та надмірного розтягування зв'язок та капсул міжхребцевих суглобів.

Щоб не відчувати болю в спині, потрібно частіше змінювати положення і напрямку руху. Рекомендуємо протягом дня періодично виконувати розгинання.



Фото tutknow.ru.

## 4. НАМАГАЙТЕСЯ НЕ СТОЯТИ ДОВГО НА ПРЯМИХ НОГАХ

Переступайте з ноги на ногу, злегка розслабте їх у колінах. У транспорті не тримайтеся за поручень над головою.

## 5. ЗНАЙДІТЬ СВІЙ «РЯТУВАЛЬНИЙ РУХ»

Біль у спині рано чи пізно виникає майже в кожного. У багатьох напади повторюються впродовж життя. У більшості випадків вони подібні. Ті вправи або положення, які допомогли впоратися з такими нападами одного разу, можуть бути ефективними і наступного.

## 6. РЕГУЛЯРНО ВИКОНУЙТЕ ФІЗИЧНІ ВПРАВИ

Вони зменшать ризик появи болю під час підйому важких предметів. Наш хребет пристосований до цього. Опорно-руховий апарат потребує силових вправ для збереження здоров'я. Пам'ятайте основні правила підйому важких предметів:

- тримайте вантаж якомога ближче до тіла;
- виконуйте підйоми і повороти ногами, а не тільки спиною;
- намагайтеся утримувати спину рівною;
- ще один спосіб підняти щось з підлоги: спираючись однією рукою на поверхню столу, одночасно піднімаючи ногу, протилежну опорній руці.

Якщо потрібно підняти важкі предмети, підготуйтеся заздалегідь. Продумайте, як братимете вантаж, за що хапатися, де нести, як ставити, що потрібно, щоб полегшити роботу.

## 7. ВІДМОВТЕСЬ ВІД КУРІННЯ

Існує ряд наукових доказів, що воно збільшує ризик появи болю в спині. Нікотин зменшує надходження кисню і поживних речовин у міжхребцеві диски (на

30—40%). Це може призвести до порушення їх регенерації. Також біль у спині в любителів цигарок значно гірше лікується і частіше переходить у хронічну форму. Куріння підвищує ризик рецидиву грижі міжхребцевих дисків після хірургічного видалення грижі і ймовірність повторної операції на хребті.

## 8. ДОСТАТНЬО СПІТЬ

При хронічній недостатності сну змінюються біохімічні процеси в мозку, що веде до зниження больових порогів і збільшення ризику появи м'язово-скелетного болю, включаючи у спині. Деякі положення під час сну можуть сприяти розвитку болю в спині. Наприклад, лежачи на животі. Інша причина — надмірно тривалий сон (більше 8 годин).

## 9. ПОВНОЦІННО ХАРЧУЙТЕСЯ

Не існує спеціальних дієт для здоров'я хребта. Виконуйте рекомендації щодо здорового харчування. Якщо у вас надмірна вага, варто дотримуватися дієти, спрямованої на зниження маси тіла (краще під контролем фахівця).

## 10. ВЧІТЬСЯ ПРОТИДІЯТИ СТРЕСУ

Психоемоційне напруження теж може бути причиною появи болю в спині або ж посилити больові відчуття. Тому важливо навчитися долати стрес та за можливості оволодіти техніками релаксації.

Не читайте страшні історії про біль в спині в інтернеті. Вони, як правило, не мають нічого спільного із сучасними науковими знаннями про проблему і часто слугують тільки комерційним цілям.

Джерело: tutkatamka.com.ua.

● ТАК НІХТО НЕ КОХАВ

## «Моя душа бачить...»

Закінчення. Початок на с.16

Ольга ЧОРНА

Назар просив пробачення. Цілував Настині руки. Його незрячі очі плакали.

— Я знаю, що тобі важко, дівчинко. Ти гідна іншого життя, іншого чоловіка. Я кожен день думаю про це і ненавиджу себе.

— Дозволь, я вирішу, що мені треба, — мовила твердо і вперто. ...Назар із Настею повільно йшли вулицею.

— Яка гарна пара! — перемовлялися між собою дві літні жінки.

— Він так ніжно і міцно тримає її руку.

### Його очі дуже вас люблять.

— А кажуть, тепер не вміють кохати...

Перехожі не раз задивлялися на вродливу русавку і її гарного, ставного супутника. Дивувалися, що вона відчиняє перед ним двері авто, магазину чи кав'ярні.

— До чого життя дійшло, — почувла якась. — Уже жінки перед чоловіками двері відчиняють.

— Догоджають, аби не втік. — Такий може...

Назарів світ мав свої тони і відтінки. Чоловік «бачив», якого кольору настрої дружини, сміх, сум...

— Дівчинко, твій погляд зараз

замріяно-голубий. Такий, як небо, на яке ти дивишся.

Настя здригнулася від чоловікових слів. Як він «бачить», що вона стоїть біля вікна і милується небом?

А якщо, коли вона повернулася з роботи добряче знервована, Назар сказав:

— Твій настрій обпікає гарячим червоним кольором. Що трапилось, дівчинко?

— Як ти... «бачиш»? — запитувала здивовано.

— Це у зрячих кохання, почуття та відчуття — сліпі. А незрячі «бачать» душею. Кохана дівчинко, моя душа «бачить» тебе...

...Вони гуляли набережною неподалік їхнього готелю. Море пахло літом. Чи то літо пахло морем. Вітер бавився довгим Настиним волоссям. Назар ніжно відгортав пасма з обличчя дружини.

— Можна, я напишу ваші портрети? — запитало веснянкувате рудоволосе дівча. — Це зовсім недорого.

— Якщо моя дружина згодна, то можна.

Настя кивнула головою.

— Але мій чоловік не може зняти окуляри. Він...

— Його очі дуже вас люблять, — мовила юна художниця. — Ви така гарна і щастя ваше... воно не таке, як в інших. Дивне...

— Як ви знаєте? — запитала Настя.

— Ми, художники, бачимо душею, — філософськи відповіла кумедна рудоволоска. І почала накидати перші штрихи...

ФОТО Youtube.com.



«А кажуть, тепер не вміють кохати».

ФОТО pinterest.com.

### НАЙКОРИСНІШІ ПРОДУКТИ ДЛЯ ТІЛА

<b>МОЗОК</b> лосось, тунець, сардини, грецький горіх	<b>МОЗОК</b> лосось, тунець, сардини, грецький горіх	<b>МОЗОК</b> лосось, тунець, сардини, грецький горіх	<b>МОЗОК</b> лосось, тунець, сардини, грецький горіх
<b>М'ЯЗИ</b> банани від болю в м'язах, м'ясо, яйця, тофу, риба для нарощування м'язів	<b>М'ЯЗИ</b> банани від болю в м'язах, м'ясо, яйця, тофу, риба для нарощування м'язів	<b>М'ЯЗИ</b> банани від болю в м'язах, м'ясо, яйця, тофу, риба для нарощування м'язів	<b>М'ЯЗИ</b> банани від болю в м'язах, м'ясо, яйця, тофу, риба для нарощування м'язів
<b>ЛЕГЕНІ</b> броколі, брюсельська і китайська капуста	<b>ЛЕГЕНІ</b> броколі, брюсельська і китайська капуста	<b>ЛЕГЕНІ</b> броколі, брюсельська і китайська капуста	<b>ЛЕГЕНІ</b> броколі, брюсельська і китайська капуста
<b>ШКІРА</b> чорниця, лосось, зелений чай	<b>ШКІРА</b> чорниця, лосось, зелений чай	<b>ШКІРА</b> чорниця, лосось, зелений чай	<b>ШКІРА</b> чорниця, лосось, зелений чай
<b>ВОЛОССЯ</b> темно-зелені овочі, квасоля, лосось	<b>ВОЛОССЯ</b> темно-зелені овочі, квасоля, лосось	<b>ВОЛОССЯ</b> темно-зелені овочі, квасоля, лосось	<b>ВОЛОССЯ</b> темно-зелені овочі, квасоля, лосось
<b>ОЧІ</b> ячні жовтки, кукурудза, морква	<b>ОЧІ</b> ячні жовтки, кукурудза, морква	<b>ОЧІ</b> ячні жовтки, кукурудза, морква	<b>ОЧІ</b> ячні жовтки, кукурудза, морква
<b>СЕРЦЕ</b> помідори, печена картопля, сливовий сік	<b>СЕРЦЕ</b> помідори, печена картопля, сливовий сік	<b>СЕРЦЕ</b> помідори, печена картопля, сливовий сік	<b>СЕРЦЕ</b> помідори, печена картопля, сливовий сік
<b>КИШЕЧНИК</b> чорнослив, йогурт	<b>КИШЕЧНИК</b> чорнослив, йогурт	<b>КИШЕЧНИК</b> чорнослив, йогурт	<b>КИШЕЧНИК</b> чорнослив, йогурт
<b>КІСТКИ</b> апельсини, молоко, селера	<b>КІСТКИ</b> апельсини, молоко, селера	<b>КІСТКИ</b> апельсини, молоко, селера	<b>КІСТКИ</b> апельсини, молоко, селера



# Велика сторінка для Пані

## ● РУКОДІЛЬНИЦЯМ

# «Дарує щедре літечко достиглі ягідки...»

Натюрморт із кошиком соковитих черешень, ромашками і солом'яним брилем — яскравий спогад про улюблену пору року, яка так стрімко, так невпинно минає. Виконана у теплих, сонячних тонах, ця картина завжди зігріватиме й навіватиме спокій і позитивні емоції



## ● ШПАРГАЛКА ДЛЯ ГОСПОДИНИ!

# Форми для випічки

Нині в супермаркетах пропонують чималий їх вибір. Ми вирішили допомогти вам зорієнтуватися у ньому



**Кераміка.** Великий плюс таких форм — вони прогріваються дуже рівномірно. Відповідно, так само пропікаються в них і страви. Ще один позитив — такі форми відрізняються екологічною чистотою. Кераміка — ідеальний варіант для готування запіканок, суфле. При користуванні формами з неї слід урахувати один нюанс — вони не люблять різких перепадів температур. Тому, щоб уникнути тріщин, ставити їх потрібно в холодну або теплу духовку.

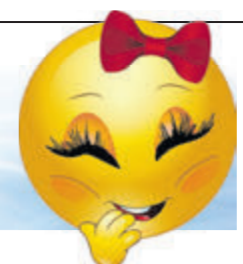
**Сталь.** Найпоширеніший варіант. Такі форми доступні за ціною і прості в користуванні. Вони підходять для випікання кексів, бісквітів і пирогів. Вимагають змащування перед кожним застосуванням. Бувають двох видів — із дзеркальною і матовою поверхнею. Перші вважають гігієнічнішими, другі менше піддаються механічним ушкодженням.

**Тефлон.** Їхня перевага — антипригарний шар, який не дає випічці приліпати до стінок. Мінус — антипригарний шар легко дряпається і згодом обсыпається. Тому такі форми вимагають акуратності.

**Скло.** Презентабельно виглядає, рівномірно прогривається, нічого не виділяє при нагріванні. Додатковий бонус — можливість довго зберігати приготувану страву теплою.

**Силікон.** Найсучасніший і наймодніший матеріал для форм. Місткість із нього придатна як для випікання, так і заморожування. Такі форми не вимагають постійного змащування — достатньо зробити це раз перед першим використанням. Випічка дуже добре «виходить» із силіконової форми. Щоб дістати бісквіт чи кекс, достатньо вивернути її.

Жінку тільки тоді можна вважати вродливою, коли її краса не лише прекрасно розквітає у дні молодості, а й вишукано в'яне в глибокій зрілості.



## ● ДОМАШНЯ АКАДЕМІЯ

# Все про замороження дарів саду та городу

Будь-які плоди, фруктові та овочеві суміші й навіть зелень — це все можна заморозити і взимку використовувати для приготування різних страв. Головні переваги такого зберігання — зручність, економічність та користь для здоров'я. Адже правильно заготовлені таким способом овочі та фрукти зберігають фактично всі вітаміни та мінеральні речовини

### ЯГОДИ

Звичайно, багато кому більш звично варити з них варення, але під час його приготування вітаміни руйнуються, а велика кількість цукру шкодить здоров'ю. Тим часом у заморожених ягодах вітаміни зберігаються. Такі плоди можна вживати, як окрему страву, добавляючи в йогурт, готувати пиріжки, кисіль, компоти тощо.

### ЩОБ ПРАВИЛЬНО ЗАМОРОЗИТИ ЯГОДИ, ПОТРІБНО:

- ретельно помити їх проточною водою;
  - обсушити за допомогою паперового рушника;
  - скласти у контейнер і закрити кришкою;
  - поставити в морозильну камеру.
- Якщо ягоди були дуже соковитими, вони можуть злиплитися і їх буде складно відокремлювати. Щоб уникнути цього, рекомендуємо заморожування розсипом. Плоди треба заморожувати на обробній дошці або будь-якій іншій рівній поверхні, попередньо застеливши її харчовою плівкою або фольгою. Після заморожування ягоди можна скласти в поліетиленовий пакет або контейнер.

### ФРУКТИ

Дари саду можна заморожувати тими ж способами, що і ягоди. Але слід пам'ятати, що зазвичай у морозилці не варто збе-

У заморожених ягодах вітаміни зберігаються. Такі плоди можна вживати, як окрему страву, добавляючи в йогурт, готувати пиріжки, кисіль, компоти тощо.

рігти дуже водянисті фрукти (цитрусові, банани, дині). Будь-які інші можна заморожувати, враховуючи такі нюанси:

- перед розміщенням у камеру яблука, груші, персики бажано скропити лимонним соком;
- у сливах і абрикосах кісточку слід видаляти.

### ОВОЧІ

У такий спосіб заготовляють не тільки свіжу городину, а й відварену або бланшовану. Крім цього, можна заморожувати овочеві суміші і потім використовувати їх для приготування рагу, піджарок, супів. Заморожувати свіжими можна такі овочі: перець болгарський, брокколи, помідори, огірки, горох, стручкову квасолю, капусту білокачанну, капусту брюссельську. Бланшувати перед заморожуванням можна: буряк і моркву, патисони та кабачки, баклажани, кукурудзу, капусту кольорову.

### ЗЕЛЕНЬ

Щоб правильно заморозити петрушку, щавель, кріп, кінзу, базилік, руколку, зелену цибулю, необхідно ретельно її промити і просушити. Після цього нарізати, скласти в невеликі поліетиленові пакетики і помістити в морозильну камеру. Найкраще всі види зелені заморожувати окремо, щоб запах і смак не змішувався. Є ще один спосіб — заморожування зелені кубиками. Для цього її слід промити, просушити і нарізати. Покласти в формочки для льоду і залити холодною прокип'яченою водою. Після того, як вона замерзне, кубики скласти в пакет.



## ● НА ЗАМІТКУ

# Косметика не вічна



Треба уважно ставитися до її зберігання, оскільки протерміновані препарати можуть завдати шкоди

Молочко-тонік найчастіше продають у пляшечках. Після кожного використання достатньо щільно закручувати корок. Але якщо змінилися консистенція і запах, його уже не можна використовувати.

У жодному разі лак для нігтів не розбавляйте ацетоном (він швидко обдирається і руйнує нігті). Якщо загусне — його краще викинути. Тушю користуватися бажано не більше півроку. Тубу

потрібно щільно закривати, оскільки під впливом повітря її вміст швидко висихає. Тіні не містять ліпідів, тому довго не втрачають своїх властивостей,

Не тримайте косметичних засобів у ванних кімнатах. Вони не люблять вологи.

зокрема коли наносити їх чистим пензликом. Але якщо вже втратять колір і стануть твердими, їх краще позбутися. Найдовше зберігається пудра. Головне тут — дбати про чистоту губки.

## ● СЕКРЕТИ КРАСИ



# Якщо вам 50+

Багато жінок «осіннього» віку не змінюють свій стиль десятиліттями, не підозрюючи, що їхній гардероб, звички і зачіски давно застаріли. Але потрібно сміливо сказати собі правду: зміни потрібні та неминучі. Спробуйте здивувати інших людей, змінивши імідж. Суворих правил для цього немає. Але є кілька універсальних рекомендацій від українського стиліста Олени Донець, які допоможуть мати елегантний і свіжий вигляд

**Силует.** За будь-якої комплекції можна створити образ стрункої жінки, якщо відмовитися від обляпаючого одягу з еластичної тканини, тонкого трикотажу чи віскози. Навіть якщо у вас гарна фігура, матеріал, що облягає тіло, буде працювати не на вашу користь.

**Довжина.** Універсальна — до коліна — для сукул чи спідниці. Кокко Шанель вважала коліна негарним місцем жіночої ноги. «Показувати їх, — говорила вона, — все одно, що оголювати лікті». Тож хай краса ваших ніг і рук закінчується на їх найгарнішому місці! **Колір.** Не варто боятися яскравих барв. Але будьте обережними з квітковими принтами. Якщо не впевнені, що зможете справитися з кольоровим поєднанням самостійно, — віддавайте перевагу класичній гамі. Біла блузка і чорна спідниця, наприклад, стильні завжди.

**Брюки.** Це зручно і завжди модно — на роботі, під час відпочинку чи вечірок. Вигідно виділять плюси і приховує мінуси середня посадка до талії. Хай вони будуть вільного крою, але якщо жінка невисока — ліпше вибрати прямий фасон. **Джинси** — куди ж без них! Але популярні нині рвані моделі Олена Донець не рекомендує всім, а лише тим, які можуть похвалитися красивими колінами. Саме їх найчастіше видно у протертих дірках.

**Зачіска.** Максимально адекватна довжина для більш старшого віку — до плечей. І то лише в тому разі, якщо волосся здорове і блискуче. А стрижку можна підібрати такої форми та об'єму, що вона буде мати ефектний вигляд. Сьогодні у тренді сивина. Вона осо-

бливо приваблива в короткій стрижці. Але якщо волосся сивіє нерівномірно, то його краще фарбувати в натуральні відтінки або використовувати тонувальні засоби.

Рівняння на Захід? У багатьох єв-

Якщо ви хочете змінювати свій стиль, — зверніться до стиліста чи хоча б запитайте поради в подружки, яка має гарний смак.

ропейських країнах жінки старшого віку більш впевнені в собі, ніж українки. І тому нам варто у них повчитися. Але не слід забувати, що вони живуть в іншому суспільстві, і їхня манера одягатися для нас не завжди доречна. Так, 70-річна американка в коротких шортах почуває себе цілком нормально, а українці у них, напевно, буде незручно. Якщо ви хочете змінювати свій стиль, — зверніться до стиліста чи хоча б запитайте поради в подружки, яка має гарний смак.





## СІМ «Я»

## Я не граю!

«Це ж треба так вдатися: твоя старшенька розумна, як тато, а менша – красуня! Копія мами!» – жінка, якій належали ці слова, приязно усміхалася подрузі і двом її донечкам. А мама щасливо кивала головою: ще б пак, її дівчатками захоплюються

Оксана КОВАЛЕНКО,  
мама



Дорослі жінки і не підозрювали, що при всьому своєму досвіді у ці хвилини завдають шкоди дітям, які звідусюди всотують інформацію про те, якими інші бачать їх. Знайома мами спонукала одну дівчинку засумніватися у своїй вроді, а іншу – у розумових здібностях. У психології в таких випадках кажуть про «нав'язану роль». Що воно таке і чи треба з тим боротися?

Проаналізуйте, будь ласка, чи знайомі вам такі фрази: «наша доня зразкова у всьому», «мій син ідеальний», «вона така лінива», «у нього «діржаві» руки», «ти – хронічний обманщик», «без мене ти навіть у магазин не сходиш». Якщо діти чують певні характеристики про себе регулярно – вони несвідомо починають змінюватися, щоби сказане було правдивим. Вони виконують психологічну роль, підбрану їм близькими. Це може бути роль зразкової дитини, яка боїться над усе оступитися, ненадійного, лінивця, маминого сінка, брехуна... У кожному випадку (і коли дорослі постійно підкреслюють чесноти) це маленькій людині шкодить.

Насправді дитина ще небагато що розуміє про свою особистість, тому сприймає будь-яку повторювану інформацію про себе як правдиву. За збігом обставин кілька разів упустила чашку, перекинула вазу – і вона вже «розтелепа». Тепер навіть найменший огріх сама відзначатиме, як ще одне підтвердження попереднього «відкриття». Руки зраджуватимуть перед прискіпливим поглядом батька чи мами. Доня-красуня боїтиметься взятися за складну задачу, бо ж у сім'ї визнаю розумницею є її сестра, зате із задоволенням щоразу заглядатиме у дзеркальце. Роль, начеплена близькими, може радувати чи дратувати, але звільнитися від неї дуже складно. З часом дитина відмовляється братися за щось нове: вона ж бо переконана, що все одно не вдасться, бо її сильна сторона – в іншому.

Психотерапевти Адель Фабер і Елейн Мазліш переповідають, як одній учительці математики в американській школі передали навчати двох хлопчиків-мігрантів, повідомивши, що вони досить обмежені. Однак та змогла проігнорувати таку характеристику, до якої вже і діти звикли, й усіляко демонструвала, що чекає від них бажання міркувати. За деякий час уже хлопці показували, що вони здатні на більше, аніж їм приписували... Звісно, не всі стануть Моцартами, Фордами, Вернадськими, та навіть

обмежувати дітей, нав'язуючи їм свої уявлення про них?! Нехай вірять у себе, відкривають у собі нові грані! Цьому не мають перешкоджати ані відсутність здібностей, ані талант у чомусь! Близькі люди мусять старатися не споруджувати перепон у формі психологічних ролей та не підтримувати міцність бар'єрів, створених іншими для їхньої дитини. Ніяких ярликів на кшталт «невдаха», «брехун», «лежень», «майбутній прибиральник», «клоун»!

Що радять спеціалісти? Однозначно треба звільняти чадо від нав'язаної психологічної ролі. По-перше, шукайте можливість зробити так, щоб дитина побачила себе в новому світлі. Створюйте для неї такі ситуації. Приміром, донька приходить зі скаргою, що має написати твір, як змінити своє місто: «Твори в нас вміє писати Аня (сестра), ти завжди казала, що вона в нас – письменник, а я – кулінар!» На це мама може відказати, що її думки на задану тему є унікальними й особливими; не випадково ж у колегіальних органах збирають людей різних спеціальностей... По-друге, діти мають чути позитивні відгуки про себе. Наприклад, якщо дитина неакуратна (роль «розтелепи»): «Мені так подобається,

**Звісно, не всі стануть Моцартами, Фордами, Вернадськими, та навіть обмежувати дітей, нав'язуючи їм свої уявлення про них?! Нехай вірять у себе, відкривають у собі нові грані!**

що ти поклала кофтину на місце». По-третє, виходити з ролі має допомогти висловлене очікування чи побажання («так гарно, коли твої речі прибрані»). Напевно, цей процес тривалий і непростий: своя роль (і негативна) – безпечна і знайома територія («ну, ти ж сама кажеш, що я лінива, то чому це я маю прибирати!»). Але настає момент, коли усвідомлюєш, що з цим щось треба робити. Якоюсь одним чоловік бідався: «Відчуваю, батьки нав'язали мені ще ту роль – я вічно перед всіма виправдовуюся і прошу вибачення. Ніби нема за що, розумію, але на рівні емоцій...»

**Знайий і шанований Любомир Гузар свого часу казав, що «батьківська любов повинна бути мудрою». Маєте що додати, пишіть на адресу редакції газети чи на пошту [okovalenko74@gmail.com](mailto:okovalenko74@gmail.com).**

## ЕКСКЛЮЗИВ

Фото з особистого архіву Мирослави БАРЧУК.



Різдво 2014-го з Євгеном Сверстюком.

## Мирослава БАРЧУК: «Розмови «я поза політикою» вважаю лицемірством або глупством»

Закінчення. Початок на с. 1

Оксана КОВАЛЕНКО

**Нині обгрунтовано популярна тема медіаграмотності: чимало ЗМІ тільки називаються українськими, між тим, звичайній людині складно розібратися у хитросплетіннях інформаційної війни проти України і в Україні. Дуже важко зрозуміти, яке повідомлення брехливе, яке є наслідком міжусобиці в державі, а яке створене, щоб задурманити мозок абсолютно другорядними речами. Як же розібратися, як робите це ви?**

— Я принципово не раджу вірити таким «продуктам» ЗМІ:

1. Програмам, у яких на серйозних темах роблять шоу і заради рейтингів розколюють країну.

2. Де антиукраїнська (антидержавна) точка зору подається як альтернативна думка. Скажімо, запрошення в ефір політиків із кола Януковича, включення з Москви Андрія Портнова...

3. Програмам, які вкидають

в суспільну свідомість пропагандистські кремлівські штапи (наприклад: «війна вигідна українським олігархам», «ворог не в Кремлі, а на Банковій», «Порошенко наживається на війні» і так далі). Це маркер, який повинен насторожувати.

**— В одному з інтерв'ю ви сказали, що схиляється перед Євгеном Сверстюком. Ми, волинняни, дуже пишаємося, що цей великий українець родом із нашого краю.**

**Мені пощастило знати Євгена Сверстюка двадцять років. У моєму житті не було світліших людей.**

**Що з того, про що ви з ним говорили, мусять знати і пам'ятати люди?**

— Мені пощастило знати пана Євгена двадцять років. У моєму житті не було світліших особистостей. Він один із тих «китів», на яких спираєшся, коли втрачаєш віру в людей і світ. Він умів слухати. Дуже уважно, якимось делікатно і з інтересом навіть молодших від себе. Тому я досі шкодую, що в останнє наше спільне Різд-

во ми його так мало слухали, а більше говорили самі. Якраз під час Майдану. Ми зібралися в нас у помешканні великою компанією: були Євген Олександрович з пані Лілею, Марійка Бурмака, Марія Стеф'юк, гурт «Гуляйгород», правозахисниця і перекладачка Мрідула Гош. Колядували цілий вечір. Це було 7 січня 2014 року. До масових розстрілів на Інститутській лишалось два тижні, і у всіх було дуже тривожне перед-

чуття. І ось мені запам'ятався важливий епізод, який я пригадала зараз, коли ви запитали про розмови з ним. Того вечора ми поцікавилися у Євгена Олександровича, чи у 1972-му було страшніше, ніж зараз? Пан Євген усміхнувся, як умів тільки він, і відповів, що нема ніякого порівняння, звичайно, тоді було страшніше і безпросвітніше. Бо найстрашніше — це, власне, безнадія. В його устах це було дуже-дуже вагомо.

## ДОСЬЄ:

**Мирослава БАРЧУК** — киянка. Зростала в акторській родині (її мама — Неоніла Крюкова, народна артистка України, Герой України).

Закінчила факультет журналістики Київського національного університету імені Тараса Шевченка. У середині 1990-х працювала кореспондентом «Радіо Свобода» у Північній Америці та перекладачем в Канаді. Згодом — на телеканалі «1+1». У 2001–2005 роках — редактор журналу *Welcome to Ukraine*. Потому близько семи літ була редактором і ведучою на «5 каналі».

Мирослава Барчук — серед журналістів, які виступили за створення руху «Стоп — цензура!». Із 2013 року — ведуча програм *Ното Sapiens*, «Окрема думка» на каналі ТБі. З квітня 2016-го — ведуча вечірнього ефіру телеканалу «Еспресо-ТБ».



## ПРЯМА МОВА

**«УСЕ ТЕ, ЩО МИ ДИВИМОСЯ, І Є НАШЕ ОБЛИЧЧЯ»**

**Мирослава Барчук в інтерв'ю «Україні молодій» проникливо описала вплив телебачення на глядачів:**

«Усе те, що ми дивимось, і є наше обличчя. Верстка теленовин сьогодні має такий вигляд: п'ять повідомлень про катастрофи, вбивства, загибель людей, три — про політику, і останнє — позитивчик: у зоопарку пандочка народила панденя. З одного боку, на «жовтизну» дійсно є попит і такі новини дають рейтинг, а з іншого — така підбірка характерна для бідних авторитарних чи напівавторитарних країн: дякуйте Богу, що ви живі. Цільовою аудиторією більшості рейтингових розважальних телевізійних шоу, реаліті є люди з найменшим рівнем достатку, освіти, амбіцій. Орієнтація на них, я думаю, помалу вестиме до занепаду телебачення як такого.»

## ● ЗНАЙ НАШИХ!



ФОТО worldboxingsuperseries.com.

# Олександр УСИК: «Ось моя відповідь вам, провокатори!»

Історія, як «футболіст-танцюрист» став чемпіоном світу з боксу

Фото з сімейного архіву Усиків.

Цього тижня у багатьох українців на вустах ім'я нашого 31-річного боксера Олександра Усика (на фото). Адже вже цієї суботи, 21 липня, у Москві має відбутися (та чи відбудеться, адже інформація щодо цього надходила доволі непевна) його бій з «росіянином» Муратом Гасієвим.

Хай там як, а Сашко є напрочуд цікавим та яскравим персонажем! До того ж його образ ну зовсім не вписується в усталені уявлення про боксерів... Та воно й не дивно — адже з дитинства Усик захоплювався... народними танцями і футболом. А в боксерський зал прийшов уже 15-річним юнаком! А ще Олександр Усик — люблячий, проте й вимогливий багатодітний батько. Виховує доньку та двох синів...



Це фото зроблено ще до народження молодшого сина.

Сергій ХОМІНСЬКИЙ

Майбутня боксерська гордість України народилася 17 січня 1987 року в Сімферополі. Хоча коріння в Усиків і не кримське. Мама Олександра родом із Чернігівщини, батько — із Сумщини.

Маленький Сашко мав футболом, щодня ганяючи із сусідськими дітьми м'яча до самінького вечора. Тож коли дитяча школа сімферопольської «Таврії» оголосила набір хлопчиків 1987 року народження, Усик-молодший вхопив тата (теж — Олександра) за руку і з надією зазирнув в очі. Того вмовляти не довелося: бачити у майбутньому сина футболістом у ті часи мріяв чи не ко-

жен другий, а у Сімферополі — й поготів! Адже 21 червня 1992-го саме «Таврія» стала першим чемпіоном нашої держави, сенсаційно обігравши на львівській «Україні» у матчі за перше місце легендарне київське «Динамо» — 1:0!

А найголовніше, що в мало-го Сашка відразу почало добре виходити! За кілька років до перспективного лівого півзахисника вже почали приглядатися й скауту українських грандів з материкової України. Тож, цілком можливо, сьогодні у цій статті могло йтися про Олександра Усика як про зірку Національної збірної України з футболу, в тіні якої перебували б не тільки Андрій Ярмоленко з Євгеном Коноплянкою, а й, скажімо, Лука Модрич з Антуаном Грізманом!

Ось лишень мама захоплення сина «тим клятим футболом» не поділяла... Як і кожна жінка, вона воліла б бачити сина аж ніяк не в бутсах і спітній футболці серед таких самих диваків-чоловіків, а... у шароварах і вишиванці в колі заквітчаних віночками дівчат! Так

ритними сумками мовчки спускаються у шкільний підвал...

Вперше потрапивши у боксерський зал, 15-річний Усик... неабияк пошкодував, адже «відгріб» по повній! Упродовж наступного тижня — попри те, що в Сімферополі якраз стояла хмарна погода,

нув на ринг білий рушничок. Перша перемога Олександра Усика, та ще й яка — нокаутом! А невдовзі вже прийшов час титульних боїв, завоювання чемпіонських поясів та їх вдалого захисту!

27 січня 2018 року Олександр Усик здобув свою 14-ту (серед них — 11 нокаутом) перемогу на професійному рингу. Цього разу битим виявився латиш Майріс Брієдіс — наш козак завдав прибалтійцеві першої поразки на профі-рингу!

24-літній «росіянин» Мурат Гасієв (за національністю він осетин) поки що теж «не битий». Але всі ми сподіваємося і віримо: вже цієї суботи українець Олександр Усик виправить «нуль» на «одничку» у графі «поразки» свого суперника!

До речі, серед багатомільйонної армії вболівальників нашого боксера будуть і його найдорожчі — Усики та «Усенята»! Це, звісно, мама боксера, дружина Катерина (з якою влюбилися одне одного ще у школі!) та трійко дітей — старша донька Єлизавета та сини Кирило і Михайло!

Сьогодні справді не хочеться згадувати про одержаний мамою-кримчанкою Олександра Усика 2014-го російський паспорт, «російське» ж свідоцтво про народження його молодшого сина чи неоднозначні висловлювання боксера на кшталт «Крим — це Крим!» (коли його запитали, чи вважає він анексований півострів Україною) або «українці й росіяни є одним народом — слов'янами».

Спробуємо зробити акцент на іншому. У січні цього року — напередодні вже згаданого бою з латвійцем Брієдісом — Усик заявив (щоправда, знову таки уникаючи питання про належність Криму), що найкращим свідченням його позиції є успішне представлення нашої держави у світі: «Піднімається український прапор, звучить український гімн — ось моя відповідь вам, провокатори!»

Трансляція вечора боксу, окрасою якого стане поєдинок Олександр Усик — Мурат Гасієв, відбудеться у суботу, 21 липня, о 21.20.

у житті Олександра Усика з'явилися ще й народні танці — звітліла його славнозвісний переможний гопак, яким він свого часу дивував боксерський світ після кожної перемоги!

Проте якось надвечір, сидючи з друзями у дворі рідної сімферопольської школи, Олександр вкотре побачив суворих хлопців з переламаними носами, які з габ-

— на люди без великих сонцезахисних окулярів Сашко не потикався... Проте на тренування такі пішов.

Чи міг тоді хтось припустити, що за шість років цей «футболіст-танцюрист» стане чемпіоном Європи, за дев'ять — чемпіоном світу, а ще за рік — олімпійським чемпіоном з боксу?!

Хоча якраз спогади про «золото» Лондона-2012 завжди матимуть для Олександра Усика-молодшого вкрай гіркий присмак. Адже тато боксера так і не дочекався і не обійняв свого вже олімпійського чемпіона... Якраз у ті триумфальні дні Олександр Усик-старший помер від інфаркту...

Його ж син — зокрема й у пам'ять про батька — вирішує підкорювати нові горизонти. Зрештою, вигравши на любительському рівні «Європу», «світ» та «Олімпіаду», не задумався про кар'єру вже боксера-професіонала було б просто дивно. Хоча спочатку й відбюксував сезон за «Українських отаманів» у світовій серії боксу...

І ось 9 листопада 2013 року ми нарешті побачили дебют Усика «у професіоналах». На рингу Київського палацу спорту добрячого «лупня» від нашого козака тоді одержав мексиканець Феліпе Ромеро. У п'ятому раунді тренеріві заокеанського боксера вже несла було дивитися на побиття українцем свого підопічного — і він жбур-

## «Цікава газета на вихідні»



Нас можна передплатити у будь-якому поштовому відділенні України

Вартість передплати:

- ✓ 1 місяць – 14 грн 97 коп.
- ✓ 3 місяці – 44 грн 91 коп.
- ✓ 5 місяців – 74 грн 85 коп.

Цікава — до кави!



ПЕРЕДПЛАТНИЙ ІНДЕКС 60307

# ТЕЛЕПРОГРАМА Кінозал TV

23 – 29 липня

1+1, ІНТЕР, ТРК «УКРАЇНА», СТБ, ІСТУ, НОВИЙ КАНАЛ, МЕГА, К-1, 2+2, ZIK

● НЕЙМОВІРНО!

## Мати одночасно похрестила 8 синів та доньок

Рекордний обряд відбувся у родині Яремчуків із Житомирщини, де з дев'ятох дітей хрещений був лише старший — 14-річний Назарій

Олена КУЗНЕЦОВА,  
tsn.ua

Наталія ставить малечу на ноги самостійно — чоловік пішов, не витримавши навантаження, і зовсім не цікавиться справами сім'ї. За домашніми клопатами хрестини дітей постійно відкладала, але тепер вирішила провести обряд одночасно для всіх.

Сама за таїнством спостерігала з порога, адже церковними правилами присутність заборонена. За кумів жінка взяла друзів і знайомих із Київщини, Закарпаття і рідного селища. Навіть священник став хрещеним одразу двох малюків.

...Першим у купіль занурили найменшого сина — однорічного Макара. Хлопців нарекають Петром, Павлом, Миколою та Іваном, дівчат — Галиною, Марією, Іриною.

Священик, який уперше хрестив таку кількість дітей одночасно, нагадав: у кумів багато обов'язків! «Вони мають бути не тільки хрещеними батьками сьогодні, а впродовж усього життя навчати молитов і щирої віри в Бога».



Кумів 35-літня Наталя скликала з усієї України.

Навіть священник став хрещеним одразу двох малюків.

У тісній сільській церкві не було де яблуку впасти — подивитися на рекордні хрестини зійшлося мало не все село. Вдома багатодітна мама приготу-

вала святковий стіл. Щоб купити хату за 45 000 гривень, витратила останнє, продала навіть двох корів. Головне для Наталії — аби діти були здорові. А ще мріє відремонтувати будинок, бо тепер усі туляться у двох кімнатах. Для тих, хто може фінансово допомогти сім'ї Наталії Яремчук, подаємо її картку Ощадбанку: 5167 4900 7817 2542.

## ПОНЕДІЛОК, 23 ЛИПНЯ

<b>1+1</b>	16+	Шопінг»
06:30, 07:10, 08:10, 09:10 «Сніданок з 1+1»	17:30, 22:00 Вікна-Новини	12:00, 20:00 «Орел і Решка. Ювілейний 2»
07:00, 08:00, 09:00, 19:30 ТSN: «Телевізійна служба новин»	18:00 Х/ф «ПРОВІДНИЦЯ»	13:00, 21:00 «Орел і Решка. Рай та пекло 2»
09:30, 11:15 «Одруження наосліп»	19:00 Т/с «Медики»	14:00 «Орел і Решка. Незвідана Європа»
13:05, 14:20, 15:45 «Міняю жінку»	22:45 Х/ф «КОХАННЯ НАДІЇ»	16:00 «Орел і Решка. На краю світу»
17:00 Т/с «Моє чуже життя»	<b>ІСТУ</b>	22:00 «Вірю не Вірю»
20:15, 20:55, 21:35 Т/с «Байки Міт'я»	05:40, 19:20 Надзвичайні новини	23:00 Х/ф «ВСЕ МОЖЛИВО, БЕБІ!»
22:00, 22:40, 23:10, 23:45 Т/с «Недотуркани»	06:30, 08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:10 Факти	<b>2+2</b>
<b>ІНТЕР</b>	09:15 Надзвичайні новини. Підсумки	06:00 Мультфільми
05:40 «Школа доктора Комаровського. Невідкладна допомога»	10:10 Антисомбі. Дайджест	08:00 «Нове Шалене відео по-українськи»
06:00 Мультфільм	11:20, 13:20 Секретний фронт	09:30, 18:15 «Спецкор»
06:10 «Слідство вели... з Леонідом Каневським»	14:10, 16:20 Х/ф «ГОДИНА ПІК - 3»	10:10, 18:50 «ДжеДА!»
07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 17:40 Новини	16:35 Х/ф «ЯК ВИКРАСТИ ХМАРОЧОС»	10:50 Т/с «Опер за викликом-2»
07:10, 08:10, 09:20 «Ранок з Інтером»	20:20 Багач-Бідняк. Реаліті-шоу	14:50 Х/ф «ДОПИТ»
10:00, 12:25 Т/с «Сільський романс»	21:30 Т/с «Менталіст»	16:20 Х/ф «НАПРОЛОМ»
14:00 Т/с «Ганна Герман»	22:30 Т/с «Винищувачі-2. Останній бій»	19:25 Т/с «Команда»
16:10 «Чекай мене. Україна»	<b>НОВИЙ КАНАЛ</b>	21:30 Т/с «Касл-4»
18:00, 19:00 Ток-шоу «Стосується кожного»	05:29, 06:49 Kids Time	23:05 Х/ф «ПАРНИКОВИЙ ЕКСПЕРИМЕНТ»
20:00 «Подорожці»	05:30 М/с «Хай живе король Джуліан»	<b>ZIK</b>
20:40 Т/с «Східні солодоці»	06:50 Х/ф «КОРОЛІВСТВО МАВП»	07:00 Перші про головне. Ранок. Дайджест
22:30 «Лайма Вайкуле. Юрмала. Рандеву 2018»	08:30 Х/ф «ПАТРИОТ»	07:15 Дитяча програма «Торбинка чарівника»
<b>УКРАЇНА</b>	11:45 Х/ф «БРАТИ ГРИММ»	08:00, 09:00, 11:00 Перші про головне. Ранок. Новини
06:30, 07:10, 08:10 Ранок з Україною	14:00 Х/ф «ТРИ МУШКЕТЕРИ»	08:15, 09:10 Д/ф «Дзеркало історії»
07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 19:00, 23:00 Сьогодні	16:00 Х/ф «РОБІН ГУД-ПРИНЦ ЗЛОДІВ»	09:55, 11:15, 16:10, 17:15, 18:10 Перші про головне. Коментарі
09:30 Зірковий шлях	19:00 Ревізор	12:00 Доказ
10:30 Реальна містика	21:40 Страсті за Ревізором	13:00, 15:00 Перші про головне. День. Новини
12:30 Т/с «Черговий лікар-2»	<b>МЕГА</b>	13:15 Перші про головне. День. Коментарі
14:30, 15:25 Т/с «Жіночий лікар-2»	06:00 Бандитська Одеса	15:15 Між своїми
19:45 Ток-шоу «Говорить Україна»	07:20, 14:00 Правда життя	16:00 Перші про головне. День. Дайджест
21:00 Т/с «Вітряна жінка»	08:20, 16:50 Таємниці акул	17:00, 19:00 Перші про головне. Вечір. Новини
23:30 Х/ф «12 МАВП»	09:20 Фестивали планети	18:00 Перші про головне. Вечір. Дайджест
<b>СТБ</b>	10:20 Ілюзії сучасності	19:15 VOX POPULI
06:45 За живе! 16+	11:10 Підроблена історія	20:00 HARD з Влащенко
08:00 Т/с «Тато Ден»	12:00 Брама часу 13.00 Код доступу 15.00, 23.40 Смертельний двобій 16.00, 21.40 Половання на рибу-монстра 17.50 Під іншим кутком 18.40 Іжа богів	21:00 Перші про головне. Підсумки
10:00 Зважені та щасливі 12+	20:40, 00.40 Речовий доказ	21:35 Гра з вогнем
13:10 Битва екстрасенсів	22.40 Погляд зсередини	22:30 Гра в класику з Сергієм Рахманініним
15:25 Містичні історії з Павлом Костіциним	01.40 Містична Україна	23:30 Історична правда з Вахтангом Кіпіані
	03.40 Там, де нас нема	
	<b>К-1</b>	
	06:30 «TOP SHOP»	
	07:40 «ТіВі Абетка»	
	07:50 «Чи знаєте ви, що...»	
	08:15 Т/с «Дикий ангел»	
	09:10 «Орел і Решка»	

## ВІВТОРОК, 24 ЛИПНЯ

<b>1+1</b>	19:45 Ток-шоу «Говорить Україна»	14:15, 17:20 Таємний агент. Пост-шоу	10:15, 18:50 «ДжеДА!»
06:30, 07:10, 08:10, 09:10 «Сніданок з 1+1»	21:00 Т/с «Вітряна жінка»	19:00 Хто зверну? 12+	10:55, 17:15 «Загублений світ»
07:00, 08:00, 09:00, 19:30 ТSN: «Телевізійна служба новин»	23:30 Т/с «CSI. Місце злочину»	21:00 Зоряні яйця 12+	13:00 «Нове Шалене відео по-українськи»
09:30, 11:20 «Одруження наосліп»	<b>СТБ</b>	22:50 Т/с «Клініка»	15:30 Х/ф «ЗВОРОТНІЙ ВІДЛІК»
13:10, 14:30, 15:50 «Міняю жінку»	06:45 За живе! 16+	<b>МЕГА</b>	19:25 Т/с «Команда»
17:05 Т/с «Моє чуже життя»	08:00 Т/с «Тато Ден»	06:00 Бандитська Київ 07.20, 14.00 Правда життя 08.20, 16.50 Таємниці акул 09.20 Фестивали планети 10.20 Ілюзії сучасності 11.10 Підроблена історія 12.00 Брама часу 13.00 Код доступу 15.00, 23.40 Смертельний двобій 16.00, 21.40 Половання на рибу-монстра 17.50, 23.10 Під іншим кутком 18.40 Іжа богів 20.40, 00.40 Речовий доказ 22.40 Погляд зсередини 01.40 Містична Україна 03.10 Скелетик	21:35, 23:10 Т/с «Касл-4»
20:15, 20:55, 21:35 Т/с «Байки Міт'я»	09:15, 19:20 Надзвичайні новини	<b>ZIK</b>	07:00 Перші про головне. Ранок. Дайджест
22:00, 22:40, 23:10, 23:45 Т/с «Недотуркани»	17:30, 22:00 Вікна-Новини	07:15 Дитяча програма «Торбинка чарівника»	08:00, 09:00, 11:00 Перші про головне. Ранок. Новини
<b>ІНТЕР</b>	18:00 Т/с «Медики»	08:15, 09:10 Д/ф «Дзеркало історії»	09:55, 11:15, 17:15, 18:10 Перші про головне. Коментарі
05:50 Мультфільм	19:55 Слідство ведуть екстрасенси 16+	12:00 FACE 2 FACE з Тетяною Даниленко	13:00, 15:00 Перші про головне. День. Новини
06:10 «Слідство вели... з Леонідом Каневським»	22:45 Х/ф «КОХАННЯ НАДІЇ»	13:15 Перші про головне. День. Коментарі	15:15 Між своїми
07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 17:40 Новини	<b>ІСТУ</b>	16:00 Перші про головне. День. Дайджест	16:10 Перші про головне. Вечір. Новини
07:10, 08:10, 09:20 «Ранок з Інтером»	05:35, 20:20 Громадянська оборона	18:00 Перші про головне. Вечір. Дайджест	18:00 Перші про головне. Вечір. Новини
10:15, 12:25 Т/с «Спокуса»	06:30 Ранок у великому місті	19:15 VOX POPULI	19:15 VOX POPULI
12:30 Х/ф «ВСЕ МОЖЛИВО»	08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:10 Факти	20:00 Хард-ток-шоу «DROZDOV»	21:00 Перші про головне. Підсумки
14:50, 15:45, 16:45 «Речдок»	09:15, 19:20 Надзвичайні новини	21:00 Перші про головне. Підсумки	21:35 Ток-шоу «Злий дім»
18:00, 19:00 Ток-шоу «Стосується кожного»	10:10 Багач-Бідняк. Реаліті-шоу	22:00 «Вірю не Вірю»	23:00 Громадська прокуратура
20:00 «Подорожці»	11:10 Стоп-5	<b>2+2</b>	23:30 Історична правда з Вахтангом Кіпіані
22:30 «Східні солодоці»	12:15, 13:20 Х/ф «БАДЬОРІСТЬ ДУХІВ»	06:00 Мультфільми	
22:30 «Лайма Вайкуле. Юрмала. Рандеву 2018»	14:50, 16:20 Х/ф «КОПАЛЬНІ ЦАРЯ СОЛОМОНА»	08:00 «Облом.ЦА»	
<b>УКРАЇНА</b>	17:30 Скetch-шоу «На трьох» 16+	09:35, 18:15 «Спецкор»	
06:30, 07:10, 08:10 Ранок з Україною	17:35, 21:30 Т/с «Менталіст»		
07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 19:00, 23:00 Сьогодні	22:45 Т/с «Винищувачі-2. Останній бій»		
09:30 Зірковий шлях	<b>НОВИЙ КАНАЛ</b>		
10:30 Реальна містика	06:04, 07:24 Kids Time		
12:30 Т/с «Черговий лікар-2»	06:05 М/с «Хай живе король Джуліан»		
14:30, 15:25 Т/с «Жіночий лікар-2»	07:25 Зоряні яйця		
	09:10 Ревізор. Крамниці		
	13:00, 16:00 Таємний агент		

## СЕРЕДА, 25 ЛИПНЯ

<b>1+1</b>	14:30, 15:25 Т/с «Жіночий лікар-2»	06:00 М/с «Хай живе король Джуліан»	<b>2+2</b>
06:30, 07:10, 08:10, 09:10 «Сніданок з 1+1»	19:45 Ток-шоу «Говорить Україна»	07:15 Зоряні яйця	06:00 Мультфільми
07:00, 08:00, 09:00, 19:30 ТSN: «Телевізійна служба новин»	21:00 Т/с «Вітряна жінка»	09:00 Ревізор. Крамниці	08:00 «Нове Шалене відео по-українськи»
09:30, 11:10 «Одруження наосліп»	23:30 Т/с «CSI. Місце злочину»	12:50, 15:50 Таємний агент	09:35, 18:15 «Спецкор»
12:55, 14:10, 15:35 «Міняю жінку»	<b>СТБ</b>	14:15, 17:10 Таємний агент. Пост-шоу	10:15 «ДжеДА!»
17:00 Т/с «Моє чуже життя»	05:30 За живе! 16+	19:00 Хто зверну? 12+	10:55, 17:15 «Загублений світ»
20:15, 20:55, 21:35 Т/с «Байки Міт'я»	06:45 Т/с «Тато Ден»	21:00 Зоряні яйця 12+	12:55 «Помста природи»
22:00, 22:40, 23:10, 23:45 Т/с «Недотуркани»	08:45 Зважені та щасливі 12+	22:45 Т/с «Клініка»	15:25 Х/ф «РОЖЕВА ПАНТЕРА»
<b>ІНТЕР</b>	15:25 Містичні історії з Павлом Костіциним	<b>МЕГА</b>	18:50 1 тур ЧУ з футболу «Динамо» - «Ворскла»
06:00 Мультфільм	17:30, 22:00 Вікна-Новини	06:00 Бандитська Одеса	20:50 «ПРОФУТБОЛ»
06:10 «Слідство вели... з Леонідом Каневським»	18:05 Т/с «Медики»	07:20, 14:00, 03.10 Правда життя 08.20 Леваній рик	22:00, 22:55 Т/с «Касл-4»
07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 17:40 Новини	19:55 Слідство ведуть екстрасенси 16+	09:20 Дикий Індокитай 10.20 Ілюзії сучасності 11.10 Україна: забута історія 12.00 Запрограмовані долі 13.00 Код доступу 15.00, 23.40 Смертельний двобій 16.00, 21.40 Половання на рибу-монстра 16.50 Таємниці акул 17.50, 22.40 Під іншим кутком 18.40 Іжа богів 20.40, 00.40 Речовий доказ 01.40 Містична Україна	<b>ZIK</b>
07:10, 08:10, 09:20 «Ранок з Інтером»	22:45 Х/ф «КОХАННЯ НАДІЇ»	13:00 Код доступу 15.00, 23.40	07:00 Перші про головне. Ранок. Дайджест
10:20, 12:25 Т/с «Спокуса»	<b>ІСТУ</b>	15:00, 23.40	07:15 Дитяча програма «Торбинка чарівника»
12:50 Х/ф «ПОЛИНУ ГІРКОГО ТРАВА»	05:35, 10:00 Громадянська оборона	16.00, 21.40 Половання на рибу-монстра 16.50 Таємниці акул 17.50, 22.40 Під іншим кутком 18.40 Іжа богів 20.40, 00.40 Речовий доказ 01.40 Містична Україна	08:00, 09:00, 11:00 Перші про головне. Ранок. Новини
14:50, 15:45, 16:45 «Речдок»	06:30 Ранок у великому місті	02:00 «Орел і Решка. Шопінг»	08:15, 09:10 Д/ф «Дзеркало історії»
18:00, 19:00 Ток-шоу «Стосується кожного»	08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:15 Факти	12:00, 20:00 «Орел і Решка. Ювілейний 2»	09:55, 11:15, 13:15, 16:10, 17:15, 18:10 Перші про головне. Коментарі
20:00 «Подорожці»	09:15, 19:20 Надзвичайні новини	13:00 «Орел і Решка. Рай та пекло 2»	12:00, 20:00 HARD з Влащенко
20:40 Т/с «Східні солодоці»	10:10 Багач-Бідняк. Реаліті-шоу	14:00 «Орел і Решка. Незвідана Європа»	13:00, 15:00 Перші про головне. День. Новини
22:30 «Лайма Вайкуле. Юрмала. Рандеву 2018»	11:00 Стоп-5	14:50, 16:20 Х/ф «АЛАН КВЕРТМЕЙН: У ПОШУКАХ ЗОЛОТОГО МІСТА»	15:15 Між своїми
<b>УКРАЇНА</b>	12:10, 13:20 Х/ф «КОПАЛЬНІ ЦАРЯ СОЛОМОНА»	17:25 Скetch-шоу «На трьох» 16+	16:00 Перші про головне. День. Дайджест
06:30, 07:10, 08:10 Ранок з Україною	14:50, 16:20 Х/ф «АЛАН КВЕРТМЕЙН: У ПОШУКАХ ЗОЛОТОГО МІСТА»	17:35, 21:35 Т/с «Менталіст»	17:00, 19:00 Перші про головне. Вечір. Новини
07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 19:00, 23:00 Сьогодні	17:25 Скetch-шоу «На трьох» 16+	20:20 Секретний фронт	18:00 Перші про головне. Вечір. Дайджест
09:30 Зірковий шлях	17:35, 21:35 Т/с «Менталіст»	22:50 Т/с «Винищувачі-2. Останній бій»	19:15 VOX POPULI
10:30 Реальна містика	20:20 Секретний фронт	<b>НОВИЙ КАНАЛ</b>	21:00 Перші про головне. Підсумки
12:30 Т/с «Черговий лікар-2»	22:50 Т/с «Винищувачі-2. Останній бій»	06:00 «Орел і Решка. На краю світу»	21:35 Гра з вогнем
14:30 Т/с «Черговий лікар-2»	05:55, 07:10 Kids Time	12:00 «Вірю не Вірю»	22:30 Історична правда з Вахтангом Кіпіані

# ЧЕТВЕР, 26 ЛИПНЯ

<b>1+1</b>	19:55 Я соромлюсь свого тіла 16+	22:00, 20:00 «Орел і Решка. Ювілейний 2»
06:30, 07:10, 08:10, 09:10 «Сніданок з 1+1»	22:45 Х/ф «КОХАННЯ НАДІЇ»	22:45 Я соромлюсь свого тіла 18+
07:00, 08:00, 09:00, 19:30 ТСН: «Телевізійна служба новин»	<b>ICTV</b>	
09:30, 11:20 «Одруження наосліп»	05:35 Громадянська оборона	14:00 «Орел і Решка. Незвідана Європа»
12:55, 14:15, 15:40 «Міняю жінку»	06:30 Ранок у великому місті	16:00 «Орел і Решка. На краю світу»
17:00 Т/с «Моє чуже життя»	08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:10 Факти	22:00 «Вірю не Вірю»
20:15, 20:55, 21:35 Т/с «Байки Міт'я»	09:15, 19:20 Надзвичайні новини	<b>2+2</b>
22:00, 22:40, 23:10, 23:45 Т/с «Недотуркани»	10:10 Секретний фронт	06:00 Мультифільми
<b>ІНТЕР</b>	11:15 Стоп-5	08:00 ВідеоБімба
05:50 Мультифільм	12:15, 13:20 Х/ф «АЛАН КВОТЕРМЕЙН: У ПОШУКАХ ЗОЛОТОГО МІСТА»	09:35, 18:15 «Спецкор»
06:10 «Свідство вели... з Леонідом Каневським»	14:55, 16:20 Х/ф «СЛІПА ЛЮТЬ»	10:00, 17:15 «Загублений світ»
07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 17:40 Новини	17:10 Скetch-шоу «На трьох» 16+	12:05 «Облом. UA.»
07:10, 08:10, 09:20 «Ранок з Інтером»	17:35, 21:30 Т/с «Менталіст»	15:25 Х/ф «РОЖЕВА ПАНТЕРА-2»
10:25, 12:25 Т/с «Слокуса»	20:20 Інсайдер	18:50 «ДжеДА!»
12:50 Х/ф «ОСІННІЙ МАРАФОН»	22:45 Т/с «Винищувачі-2. Останній бій»	19:25 Т/с «Команда»
14:50, 15:45, 16:45 «Речдо»	<b>НОВИЙ КАНАЛ</b>	21:35, 23:10 Т/с «Касл-4»
18:00, 19:00 Ток-шоу «Стосується кожного»	05:39, 06:55 Kids Time	<b>ZIK</b>
20:00 «Подорожі»	05:40 М/с «Хай живе король Джуліан»	07:00 Перші про головне. Ранок. Дайджест
20:40 Т/с «Східні солодощі»	07:00 Зоряні яйця	07:15 Дитяча програма «Торбинка чарівника»
22:40 Д/п «Свідство вели... з Леонідом Каневським»	08:45 Ревізор. Крамничі	08:00, 09:00, 11:00 Перші про головне. Ранок. Новини
<b>УКРАЇНА</b>	12:35, 15:45 Таємний агент	08:15, 09:10 Д/ф «Дзеркало історії»
06:30, 07:10, 08:10 Ранок з Україною	13:45, 17:00 Таємний агент. Пост-шоу	09:25 Добрий ЗІК
07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 19:00, 23:00 Сьогодні	19:00 Хто зверху? 12+	09:55, 11:15, 13:15, 16:10, 17:15, 18:10 Перші про головне. Коментарі
09:30 Зірковий шлях	21:00 Зоряні яйця 12+	12:00 Хард-ток-шоу «DROZDOV»
10:30 Реальна містика	22:45 Т/с «Клініка»	13:00, 15:00 Перші про головне. День. Новини
12:30 Т/с «Черговий лікар-2»	<b>МЕГА</b>	15:15 Між своїми
14:30, 15:25 Т/с «Жіночий лікар-2»	06:00 Бандитський Київ 07.20, 14.00 Правда життя 08.20, 16.50 Таємниці акул 09.20 Дикий Індокитай 10.20 Ілюзії сучасності 11.10 Україна: забута історія 12.00 Потойбіччя. Сніг 13.00 Код доступу 15.00, 23.40 Смертельний двобій 16.00, 21.40 Половання на рибу-монстра 17.50 Погляд зсередини 18.40 Іжа боїв 20.40, 00.40 Речовий доказ 22.40 Під іншим кутом 01.40 Гордість України	16:00 Перші про головне. День. Дайджест
19:45 Ток-шоу «Говорить Україна»	06:30 «ТОР SHOP»	17:00, 19:00 Перші про головне. Вечір. Новини
21:00 Т/с «Вітряна жінка»	07:40 «ТІВІ АБЕТКА»	18:00 Перші про головне. Вечір. Дайджест
23:20 Контролер	07:50 «Чи знаєте ви, що...»	19:15 VOX POPULI
<b>СТБ</b>	08:15 Т/с «Дикий ангел»	20:00 Доказ
06:35 За живе! 16+	09:10 «Орел і Решка. Шопінг»	21:00 Перші про головне. Підсумки
07:50 Т/с «Ден»	<b>К-1</b>	21:35 Прямим текстом з Остапом Дроздовим
09:50 Зважені та щасливі 12+	06:30 «ТОР SHOP»	23:00 Стежками війни
13:10 Битва екстрасенсів	07:40 «ТІВІ АБЕТКА»	23:30 Історична правда з Вахтангом Кіпіані
15:25 Містичні історії з Павлом Костіциним 16+	07:50 «Чи знаєте ви, що...»	
17:30, 22:00 Вікна-Новини	08:15 Т/с «Дикий ангел»	
18:05 Т/с «Медики»	09:10 «Орел і Решка. Шопінг»	

# СУБОТА, 28 ЛИПНЯ

<b>1+1</b>	Київської Русі-України за участю Президента України П. Порошенко	<b>К-1</b>
06:00, 19:30 ТСН: «Телевізійна служба новин»	16:55 Х/ф «ДІАМАНТОВА РУКА»	06:30 «ТОР SHOP»
06:45 «Гроші»	19:00 Х/ф «ТОРГАШІ»	07:40 «ТІВІ АБЕТКА»
08:00 «Сніданок. Вихідний»	22:50 Я соромлюсь свого тіла 16+	07:50 «Чи знаєте ви, що...»
10:05 «Життя без обману»	<b>ICTV</b>	08:15 «Орел і Решка. Шопінг»
11:25 «Світське життя. Дайджест»	05:00 Скарб нації	11:10 «Ух ти show»
12:00 «1030-річчя Хрещення Русі»	05:05 Еврика!	11:45 «Ух ти show 2»
12:20 «Вечір прем'єр з Катериною Осадчу»	05:15, 12:45, 18:45 Факти	12:15 М/ф «Сміливий великий панда»
14:20 «Ліга сміху»	05:45 Стоп-5	14:00 «Орел і Решка. Перезавантаження»
16:20, 21:15 «Вечірній квартал»	07:30 Я зняв!	<b>2+2</b>
18:30 «Розсміши коміка 8»	09:30 Дизель-шоу 12+	06:00 Мультифільми
20:15 «Українські сенсації»	10:50, 11:45 Особливості національної роботи	08:00 «102. Поліція»
23:20 Світське життя. Дайджест	13:00 Скetch-шоу «На трьох» 16+	08:55 «Зброя»
<b>ІНТЕР</b>	16:30 Х/ф «ІНДІАНА ДЖОНС: У ПОШУКАХ ВТРАЧЕНОГО КОВЧЕГА»	10:30 «Загублений світ»
05:35 Х/ф «ПРО НЬОГО»	19:20 Надзвичайні новини. Підсумки	10:30 «Загублений світ»
07:00 Мультифільм	20:10 Х/ф «ІНДІАНА ДЖОНС І ХРАМ ДОЛІ»	16:45 Х/ф «СТРАХУВАЛЬНИК»
07:30 Д/п «Києво-Печерська Лавра. Фотографія тисячоліття»	22:30 Х/ф «ІНДІАНА ДЖОНС І ОСТАННІЙ ХРЕСТОВИЙ ПОХІД»	18:50 Х/ф «ЧУЖИЙ»
09:00 «Трансляція Божественної Літургії з Києво-Печерської лаври»	<b>НОВИЙ КАНАЛ</b>	21:05 Х/ф «ЛАСКАВО ПРОСИМО У ГАМБУРГ»
11:00 Х/ф «ДОРОГА МОЯ ЛЮДИНА»	05:49, 07:34 Kids Time	23:00 Х/ф «ТРАНЗИТ»
13:10 Х/ф «МАЧУХА»	05:50 М/с «Лунтик і його друзі»	<b>ZIK</b>
15:00 Х/ф «ВЕСНА НА ЗАРІЧНІЙ ВУЛИЦІ»	07:35 Дешево та сердито	07:00, 09:00 Перші про головне. Ранок. Дайджест
17:00, 20:30 Т/с «Що робить твоя дружина?»	09:00 Хто зверху? 12+	07:15 Дитяча програма «Торбинка чарівника»
20:00 «Подорожі»	19:00 Х/ф «50 ПЕРШИХ ПОЦЛУНКІВ»	08:00 Вихити в Україні
22:35 Т/с «Джерело щастя»	21:00 Х/ф «ЗМІШАНІ»	08:30 Громадська прокуратура
<b>УКРАЇНА</b>	23:15 Х/ф «ВЕН ВАЙЛДЕР - КОРОЛЬ ВЕЧІРОК»	09:10 Перші про головне. Коментарі
07:00, 15:00, 19:00 Сьогодні	<b>МЕГА</b>	10:00, 23:00 Гараж
07:15 Зірковий шлях	06:00 Бандитський Київ 08.40, 18.50 Таємний код зламаний 11.30 Смертельний двобій 13.10 Подорож на край всесвіту 15.00 Дикий Індокитай 17.00, 00.00 Фестивали планети 21.30 Титанік: народження легенди 23.00 Прокляття двійників Титаніка 00.30 Незвичайні культури 01.50 Містична Україна 03.20 Прихована реальність	11:00 HARD з Влащенко
08:00 Т/с «Вітряна жінка»		12:00 Художній фільм
13:30, 15:20 Т/с «Коли на південь полетять журавлі»		13:35 Ток-шоу «Злий дім»
17:50, 19:40 Т/с «Лист надії»		15:05 FACE 2 FACE з Тетяною Даниленко
22:30 Т/с «Однолюби»		16:00 Хард-ток-шоу «DROZDOV»
<b>СТБ</b>		17:00, 19:00 Перші про головне. Вечір. Новини
05:55 ВусоЛапоХвіст		17:10 Перші друзі
07:45 Караоке на Майдані		18:05, 23:30 Історична правда з Вахтангом Кіпіані
08:45 Все буде смачно!		18:45 Місто
10:40, 12:40 Т/с «Медики»		19:15 VOX POPULI
12:00 Заходи щодо відзначення 1030-річчя Хрещення		20:00 Доказ
		21:00 Перші про головне. Тиждень
		21:30 Стежками війни
		22:00 Добрий ЗІК

# П'ЯТНИЦЯ, 27 ЛИПНЯ

<b>1+1</b>	06:30, 07:10, 08:10, 09:10 «Сніданок з 1+1»	<b>ICTV</b>	05:35 Громадянська оборона	20:00 «Орел і Решка. Ювілейний сезон»
07:00, 08:00, 09:00, 19:30 ТСН: «Телевізійна служба новин»	09:30, 11:20 «Одруження наосліп»	06:30 Ранок у великому місті	06:30 Ранок у великому місті	22:00 «Бедняков+1»
12:55, 14:15, 15:40 «Міняю жінку»	17:05 Т/с «Моє чуже життя»	08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:10 Факти	08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:10 Факти	22:50 «Вірю не Вірю»
20:15, 22:10 «Ліга сміху»	<b>ІНТЕР</b>	09:15, 19:20 Надзвичайні новини	09:15, 19:20 Надзвичайні новини	<b>2+2</b>
06:00 М/ф «Казка про царя Салтана»	06:00 М/ф «Казка про царя Салтана»	10:10 Інсайдер	10:10 Інсайдер	06:00 Мультифільми
07:00 Марафон до дня Хрещення Русі «Наша віра»	07:00 Марафон до дня Хрещення Русі «Наша віра»	11:15 Стоп-5	11:15 Стоп-5	08:00 «Облом. UA.»
13:00 Трансляція Молебню з Володимирської гірки та Хрещення ходу	15:15 Х/ф «НЕ СТРІЛЯЙТЕ В БІЛИХ ЛЕБЕДІВ»	12:15, 13:25 Х/ф «СЛІПА ЛЮТЬ»	12:15, 13:25 Х/ф «СЛІПА ЛЮТЬ»	09:35, 18:15 «Спецкор»
17:30 Х/ф «ВЕСНА НА ЗАРІЧНІЙ ВУЛИЦІ»	19:00 Д/п «Кієво-Печерська лавра. Фотографія тисячоліття»	14:40, 16:20 Х/ф «МАКСИМАЛЬНИЙ РИЗИК»	14:40, 16:20 Х/ф «МАКСИМАЛЬНИЙ РИЗИК»	10:15, 18:50 «ДжеДА!»
19:00 Д/п «Кієво-Печерська лавра. Фотографія тисячоліття»	20:00 «Подорожі»	17:10, 21:30 Скetch-шоу «На трьох» 16+	17:10, 21:30 Скetch-шоу «На трьох» 16+	10:55, 17:10 «Загублений світ»
20:00 «Подорожі»	20:40 Концерт «Весна на Зарічній вулиці»	17:35 Т/с «Менталіст»	17:35 Т/с «Менталіст»	13:00 Х/ф «ДЛЯ ЯНКА ЛЕЙТЕНАНТА КАЧУРИ. ФІЛЬМ З. СМЕРТЕЛЬНИЙ ТАНЕЦЬ»
22:00 Х/ф «ПІП»	<b>УКРАЇНА</b>	20:20 Антизомбі	20:20 Антизомбі	19:25 Х/ф «ЧИСЛОВА РАДІОСТАНЦІЯ»
06:30, 07:10, 08:10 Ранок з Україною	06:30, 07:10, 08:10 Ранок з Україною	05:59, 07:15 Kids Time	05:59, 07:15 Kids Time	21:10 Х/ф «СТРАХУВАЛЬНИК»
07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 19:00, 23:00 Сьогодні	07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 19:00, 23:00 Сьогодні	06:00 М/с «Хай живе король Джуліан»	06:00 М/с «Хай живе король Джуліан»	23:20 «Змішані єдиноборства. UFC. Найкращі бої Джонсона та Рейса»
09:30 Зірковий шлях	09:30 Зірковий шлях	07:20, 19:00 Хто зверху? 12+	07:20, 19:00 Хто зверху? 12+	<b>ZIK</b>
10:50 Реальна містика	12:50 Х/ф «УСМІХНІСЯ, КОЛИ ПЛАНУТЬ ЗОРІ»	21:00 Зоряні яйця 12+	21:00 Зоряні яйця 12+	07:00 Перші про головне. Ранок. Дайджест
14:45, 15:25 Т/с «Тест на любов»	14:45, 15:25 Т/с «Тест на любов»	22:45 Т/с «Клініка»	22:45 Т/с «Клініка»	07:15 Дитяча програма «Торбинка чарівника»
19:45 Ток-шоу «Говорить Україна»	19:45 Ток-шоу «Говорить Україна»	06:00 Бандитська Одеса 07.20, 14.00 Правда життя 08.20, 16.50 Таємниці акул 09.20 Дикий Індокитай 10.20 Ілюзії сучасності 11.10 Україна: забута історія 12.00 Таємниці пірамід 13.00 Жертви краси 15.00, 23.40 Смертельний двобій 16.00, 21.40 Половання на рибу-монстра 16.50 Левиний рик 17.50 Погляд зсередини 18.10, 22.40 Під іншим кутом 18.40 Іжа боїв 20.40, 00.40 Речовий доказ 01.40 Містична Україна 03.10 Таємниці кримінального світу	06:00 Бандитська Одеса 07.20, 14.00 Правда життя 08.20, 16.50 Таємниці акул 09.20 Дикий Індокитай 10.20 Ілюзії сучасності 11.10 Україна: забута історія 12.00 Таємниці пірамід 13.00 Жертви краси 15.00, 23.40 Смертельний двобій 16.00, 21.40 Половання на рибу-монстра 16.50 Левиний рик 17.50 Погляд зсередини 18.10, 22.40 Під іншим кутом 18.40 Іжа боїв 20.40, 00.40 Речовий доказ 01.40 Містична Україна 03.10 Таємниці кримінального світу	08:00, 09:00, 11:00 Перші про головне. Ранок. Новини
21:00 Т/с «Вітряна жінка»	21:00 Т/с «Вітряна жінка»	06:30 «ТОР SHOP»	06:30 «ТОР SHOP»	15:15 Між своїми
23:20 Слідами	23:20 Слідами	07:40 «ТІВІ АБЕТКА»	07:40 «ТІВІ АБЕТКА»	16:00 Перші про головне. День. Дайджест
07:05 Х/ф «ОСІННІЙ ВАЛЬС»	07:05 Х/ф «ОСІННІЙ ВАЛЬС»	07:50 «Чи знаєте ви, що...»	07:50 «Чи знаєте ви, що...»	17:00, 19:00 Перші про головне. Вечір. Новини
09:20 Т/с «Тато Ден»	09:20 Т/с «Тато Ден»	08:15 Т/с «Дикий ангел»	08:15 Т/с «Дикий ангел»	17:15 Перші про головне. Коментарі
17:30, 22:00 Вікна-Новини	17:30, 22:00 Вікна-Новини	09:10 «Орел і Решка. Шопінг»	09:10 «Орел і Решка. Шопінг»	18:00 Перші про головне. Вечір. Дайджест
18:00 Т/с «Медики»	18:00 Т/с «Медики»	12:00 «Орел і Решка. Ювілейний 2»	12:00 «Орел і Решка. Ювілейний 2»	19:15 VOX POPULI
19:55 Х/ф «ДІАМАНТОВА РУКА»	19:55 Х/ф «ДІАМАНТОВА РУКА»	13:00, 21:00 «Орел і Решка. Рай та пекло»	13:00, 21:00 «Орел і Решка. Рай та пекло»	20:00 Доказ
22:45 Х/ф «ЧУЖІ ДУШІ»	22:45 Х/ф «ЧУЖІ ДУШІ»	14:00 «Орел і Решка. Незвідана Європа»	14:00 «Орел і Решка. Незвідана Європа»	21:00 Перші про головне. Підсумки
		16:00, 23:50 «Орел і Решка. На краю світу»	16:00, 23:50 «Орел і Решка. На краю світу»	22:30 Історична правда з Вахтангом Кіпіані

# НЕДІЛЯ, 29 ЛИПНЯ

<b>1+1</b>	06:10, 19:30 ТСН: «Телевізійна служба новин»	екстрасенси 16+	<b>К-1</b>
07:05 «Українські сенсації»	07:05 «Українські сенсації»	23:05 Я соромлюсь свого тіла 18+	06:30 «ТОР SHOP»
08:00 «Сніданок. Вихідний»	09:00 «Лото-Забава»	<b>ICTV</b>	07:40 «ТІВІ АБЕТКА»
11:45 «Ух ти show 2»	13:05 Х/ф «БІЖЕНКА»	05:00 Еврика!	07:50 «Чи знаєте ви, що...»
12:15 М/ф «Сміливий великий панда»	17:25, 20:15 Х/ф «ПАПАРАЦІ»	05:05, 12:45, 18:45 Факти	08:15 «Орел і Решка. Шопінг»
14:00 «Орел і Решка. Перезавантаження»	22:20 «Голос. Діти 4»	05:35 Стоп-5	10:10 «Ух ти show 2»
<b>2+2</b>	<b>ІНТЕР</b>	07:30 Т/с «Невиправні»	10:50 М/ф «Сміливий великий панда»
06:00 Мультифільми	06:00 Мультифільм	09:20 Т/с «Відліт 44»	12:30 «Орел і Решка. Перезавантаження»
08:00 «102. Поліція»	06:25 Х/ф «ДОБРИ НАМИРИ»	11:10, 13:00 Х/ф «ІНДІАНА ДЖОНС: У ПОШУКАХ ВТРАЧЕНОГО КОВЧЕГА»	<b>2+2</b>
08:55 «Зброя»	08:00 «Удачний проект»	13:50 Х/ф «ІНДІАНА ДЖОНС І ХРАМ ДОЛІ»	06:00 «Змішані єдиноборства. UFC FN Alvarez-Poirier»
10:30 «Загублений світ»	09:00 «Орел і Решка. Морський сезон»	16:05 Х/ф «ІНДІАНА ДЖОНС І ОСТАННІЙ ХРЕСТОВИЙ ПОХІД»	07:00 Мультифільми
10:30 «Загублений світ»	11:00 «Орел і Решка. Перезавантаження. Америка»	19:10 Х/ф «ГОДИНА ПІК-3»	09:00 «ДжеДА!». Дайджест»
16:45 Х/ф «СТРАХУВАЛЬНИК»	12:10 Х/ф «ГОДИНА З РІО»	21:45 Х/ф «ЗАГУБЛЕНИЙ СВІТ»	10:00 «Зловмисники»
18:50 Х/ф «ЧУЖИЙ»	14:40 Х/ф «БІНГО БОНГО»	23:40 Х/ф «БЛАКИТНА БЕЗОДНЯ»	11:30 Т/с «Ментівські війни. Київ»
21:05 Х/ф «ЛАСКАВО ПРОСИМО У ГАМБУРГ»	16:45, 20:30 Т/с «Що робить твоя дружина?»	<b>НОВИЙ КАНАЛ</b>	15:30 Х/ф «ЧИСЛОВА РАДІОСТАНЦІЯ»
23:00 Х/ф «ТРАНЗИТ»	20:00 «Подорожі»	05:45 Стендап-Шоу	17:05 Х/ф «ЛАСКАВО ПРОСИМО У ГАМБУРГ»
<b>ZIK</b>	22:20 Х/ф «ЯК ОДРУЖИТИСЯ І ЗАЛИШИТИСЯ ХОЛОСТЯКОМ»	06:40, 07:59 Kids Time	19:00 Х/ф «НІКОВА ПОМСТА»
07:00, 09:00 Перші про головне. Ранок. Дайджест	<b>УКРАЇНА</b>	06:45 М/с «Хай живе король Джуліан»	21:00 Х/ф «УЦІЛІВША»
07:15 Дитяча програма «Торбинка чарівника»	06:30 Сьогодні	08:00 М/ф «Елвін та бурундуки»	23:00 «ПРОФУБОЛ»
08:00 Вихити в Україні	07:10 Зірковий шлях	09:50 М/ф «Планета скарбів»	<b>2+2</b>
08:30 Громадська прокуратура	08:15 Т/с «Вітряна жінка»	11:45 Х/ф «ПЛАН ГРИ»	06:00 «Змішані єдиноборства. UFC FN Alvarez-Poirier»
10:00, 23:00 Гараж	13:45 Т/с «Лист надії»	14:00 Х/ф «ВЕН ВАЙЛДЕР - КОРОЛЬ ВЕЧІРОК»	07:00 Мультифільми
11:00 HARD з Влащенко	17:45, 19:40 Т/с «Все повернеться»	15:50 Х/ф «50 ПЕРШИХ ПОЦЛУНКІВ»	09:00 «ДжеДА!». Дайджест»
12:00 Художній фільм	19:00 Події	17:45 Х/ф «ЗМІШАНІ»	10:00 «Зловмисники»
13:35 Ток-шоу «Злий дім»	22:20 Т/с «Однолюби»	20:00 Х/ф «ПРИГОДИ У ВЕГАСІ»	11:30 Т/с «Ментівські війни. Київ»
15:05 FACE 2 FACE з Тетяною Даниленко	05:55 ВусоЛапоХвіст	22:00 Х/ф «СЕКС-ВІДЕО»	15:30 Х/ф «Ч

● ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШ!

# «На городі кабачок грів на сонечку бочок...»

Середина літа — найбільш вдалий час для того, щоб побалувати себе та рідних смаколиками з цього овоча. Тим паче, що це корисний і апетитний продукт, у якому міститься дуже мало калорій. Ви, напевно, й не уявляєте, скільки найрізноманітніших найдків можна приготувати з кабачків



Фото 7dach.ru.



Фото superchief.ru.

## КАБАЧКОВИЙ ТОРТ

Здавалось би, це кондитерський виріб, який зазвичай подають на десерт. Проте останнім часом усе більшої популярності набувають закусочні торти. Кабачковий — один із них

**Інгредієнти:** 600 г кабачків, 5 сирих яєць і 1 варене, 3 ст. л. (з гіркою) борошна, 2–3 моркви, 2 великі цибулини, 0,5 кг помідорів, 3–4 зубчики часнику, зелень петрушки, 4 ст. л. майонезу, сіль, чорний мелений перець — за смаком, олія для смаження.

**Приготування.** Кабачки натерти на тертці з великими отворами, посолити, перемішати і залишити на 10–15 хвилин, щоб пустили сік, згодом трошки відтиснути і злити його. До кабачків додати збиті яйця, зелень петрушки і вичавити три зубчики часнику. Просіяти борошно, перемішати, досолити і поперчити за смаком. На розігріту сковорідку з діаметром дна 18–19 см влити трохи олії, прогріти її і викласти приблизно 4 ст. л. кабачкового тіста, розрівняти ложкою і на невеликому вогні обсмажити з обох боків до рум'яної скоринки. Таким чином спекти 5 коржів товщиною 3–5 мм.

Далі готуємо овочі. Цибулю, порізану дрібними кубиками, обсмажити на невеликій кількості олії до прозорості, додати потертую на дрібній тертці моркву і, помішуючи, тушкувати на малому вогні 15–20 хвилин. Помідори опустити в окріп на 20 секунд, потім облити холодною водою, зняти шкірку і нарізати їх кружальцями завтовшки 2–3 мм. Майонез приправити розтертим часником і перемішати.

На тарілку покласти корж, змастити його майонезом. Четвертину моркви з цибулею рівномірно розподілити тоненьким шаром на корж із майонезом. Зверху викласти кружальця помідорів, помазати їх майонезом і накрити наступним коржем. Таким чином перекласти всі коржі, останній змастити майонезом і притрусити тертим вареним яйцем, прикрасити помідорами та листочками петрушки. Кабачковий торт поставити в холодильник на 2 години, після чого можна подавати на стіл.

## СУП-ПЮРЕ ІЗ ЦУКІНІ

Смачний зелений супчик із кабачків пахне свіжістю та літом. Особливо смакуватиме із домашніми білими сухариками

**Інгредієнти:** 2 цукіні, 3 картоплини, 1 цибулина, 1 морквина, зелень (кріп, петрушка), 2 зубчики часнику, 2 ст. л. олії, 1 ст. л. вершкового масла, 1 лавровий лист, 2 горошини духмяного перцю, чорний мелений перець, сіль — за смаком, 1 л води (бульйону).

**Приготування.** Кабачки пократити дрібними кубиками і невелику частину відкласти. Картоплю порізати більшими кубиками, цибулю — півкільцями. Часник пропустити через прес. Посікти зелень. У сотейнику в розігрітій олії спасерувати цибулю і часник 5 хвилин, всипати кабачки і, помішуючи, смажити 5 хвилин. Додати картоплю, перемішати і обсмажити ще 2–3 хвилини. Залити овочі гарячою водою чи бульйоном, додати спеції, помішати, зменшити вогонь і тушкувати під кришкою приблизно чверть години. Наприкінці всипати зелень. Відкладені кабачки присолити й обсмажити 10–12 хвилин на вершковому маслі. Блендером збити суп до стану пюре. При подачі в кожному тарілку покласти трохи обсмажених кабачків і притрусити зеленню. Подавати з грінками, сухариками, зі сметаною чи вершками.



Фото gastronom.ru.

## «ЧОВНИКИ», ФАРШИРОВАНІ МОЦАРЕЛОЮ

Спробуйте приготувати звичну страву з італійськими нотками

**Інгредієнти:** 3–4 невеликі кабачки, 0,3 кг сосисок, 1 скл. сухарів, 1 зубчик часнику, 1 скл. томатного соусу або кетчупу, 0,5 скл. подрібненої моцарели, 0,5 скл. натертого твердого сиру.

**Приготування.** Кабачки для цієї страви треба брати не старі, з дрібними незрілими зернятками. Розріжте їх уздовж навпіл, виберіть ложкою м'якоть і в окремій ємності ретельно перемішайте її з покращеними на кружальця чи напівкружальця сосисками, сухарями, подрібненим часником і твердим сиром (моцарелою поки що не чіпайте). Начиніть цією сумішшю половинки кабачків і полийте зверху томатним соусом. Розкладіть нафаршировані «човники» на деко з високими бортиками, накрийте кулінарною фольгою. Духовку нагрійте до 170 градусів і запікайте страву 40–50 хвилин. Потім зніміть фольгу, посипте кабачки подрібненою моцарелою і поставте в духовку ще на кілька хвилин, щоб сир розплавився.



Фото cookorama.net.

## ОЛАДКИ «ЛІТНІ»

Скільки існує варіантів цієї страви — цього вам не скаже ніхто. Ми ж пропонуємо ще один рецепт до колекції

**Інгредієнти:** 2 скл. натертих кабачків, 4 яйця, 1 скл. борошна, 0,5 ч. л. солі, 0,5 ч. л. цукру, 1 ч. л. соди (трохи погасити оцтом), 3 ст. л. оливкової олії, 4 ст. л. розтопленого вершкового масла або сметани.

**Приготування.** У мисці змішайте кабачки зі злегка збитими яйцями. Додайте борошно, сіль і цукор, соду, оливкову олію. Все добре вимішайте і смажте кабачкові оладки на гарячій сковорідці з невеликою кількістю олії. Готову страву можна подавати, поливши розтопленим вершковим маслом, або зі сметаною.



Фото lita.com.ua.



Фото Фото YouTube.

## ЛАЗАНЬЯ З КАБАЧКІВ І ПЕЧІНКИ

Страва на італійський манер із доступних місцевих продуктів

**Інгредієнти:** 4 молоді кабачки, 400 г печінки, 1 скл. молока, 1 цибулина, 3 яйця, 200 г твердого сиру, 400 г помідорів.

**Приготування.** Кабачки порізати вздовж на пластинки завтовшки 1,5 см, обсмажити. Печінку розрізати на кілька шматків і вимочити в молоці, подрібнити блендером разом із цибулиною, посолити, поперчити, додати 1 яйце. На дно змащеної маслом форми викласти пласт кабачків, далі — шар печінки, посипати тертим сиром, зверху — кружальця помідорів. Повторити пласти ще раз. Залити все сумішшю з 2 яєць і півсклянки молока, щедро посипати сиром і запікати в духовці 35 хвилин при 180°C.

## ОМЛЕТ ІЗ КАБАЧКАМИ

Ідеальний рецепт сніданку — швидко і корисно

**Інгредієнти:** 2 яйця, 100 г кабачка, сіль, зелень, перець, 1 ст. л. оливкової олії.

**Приготування.** Кабачок натерти соломкою (на тертці для моркви по-корейськи), обсмажити до м'якості. Яйця збити із сіллю та зеленню і залити цією сумішшю кабачки. Накрити кришкою, щоб яйця швидше схопились. Готовий омлет порізати на порції і подавати гарячим.



Фото cookeda.com.

## КАБАЧКОВО-МИГДАЛЬНІ МАФІНИ

А наприкінці, як і має бути в будь-якому меню, — десерт. І також із цукіні! Скуштуйте ніжні ароматні кексики

**Інгредієнти:** 1 цукіні, 1 скл. борошна, 1 яйце, 130 мл молока, 50 г вершкового масла, 30 г мигдалю, 7 г розпушувача, 1–2 ст. л. цукру, дрібка солі, цукрова пудра для посипання.

**Приготування.** Кабачок натерти на тертці з великими отворами. Мигдальний горіх підсушити і подрібнити (наприклад, потовкти качалкою або змолоти через кавомолку). Терті кабачки змішати з горіхами, просіяним борошном, розпушувачем та сіллю. Яйце, молоко, розтоплене вершкове масло і цукор збити міксером. Молочну та кабачкову масу ретельно перемішати, тісто порозкладати у змащені вершковим маслом формочки, заповнюючи їх наполовину, поставити в розігріту до 180°C духовку і випікати кабачкові мафіни приблизно 25–30 хвилин. Готовність перевірити дерев'яною шпажкою. Коли схолонуть, посипте кексики цукровою пудрою.

Фото deskgram.org.



## ● «ГАРБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ»

# «І я заглянув через дзеркало у... XIII століття»

Правильну відповідь на запитання про люстерко дало 85 учасників інтелектуального конкурсу, але найбільше заінтригував читач, який розповів, що відчув на собі неймовірну потаємну силу... звичайного скла

## Грицько ГАРБУЗ

Проте, друзі, насамперед повторимо це запитання, яке, судячи з відповідей, виявилось відносно легким для вас.

## «ГАРБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» — 27 (2018)

Цей предмет — найчесніший «політик». Проте є ціле королівство його антиподів, що нагадує нашу Верховну Раду... Але ці інші «політики» — здебільшого для розваги. Хоча з віками люди навчилися використовувати захований нами предмет і для шоу, і як ліки — сьогодні навіть є ціла терапія, і як зброю — не ставало тоді цілих підрозділів армій...

Але в побуті його функція не войовнича — просто бути голосом правди. Аби ми самі оцінили стан речей, щоб, як кажуть — і до ворожки не ходити. Бо і сучасні, й екстрасенси минулого вміли зчитувати з нього інформацію. Особливою енергетикою володіє він. Не завжди позитивною. Тому й приписували йому очі, але не дівочі, забороняли... Хоча саме жінки, згідно з різноманітними дослідженнями, частіше ним користуються.

Проте не тільки панянки, а й пани бояться, щоб із ним щось сталося. Бо, за повір'ям, прийде нещастя. А коли біда — взагалі рекомендують заховувати цей предмет. І не радять дарувати його, бо посваритесь з іменинником. А коли все ж презентуєте комусь — нехай власник подарунка заплатить вам за нього символічну ціну, тобто це буде покупка, а не презент.

На вулиці ж цей предмет споконвіку заміняла одна з природних стихій, а сьогодні це легко зробить ваша мобілка. Не всі ж його постійно носять із собою. Але ефект, звісно, буде не зовсім той...

## Що ми заховаємо у гарбузі?

Згідно з жеребкуванням, котре провела у день свого професійного свята наш головний бухгалтер Вдовиченко Тамара Федорівна, серед 85 учасників, які надіслали правильне слово-відповідь «Дзеркало», по 100 гривень отримають двоє волинян: Михайло Стрільчук із села Чаруків Луцького району та Іван Поліковський із Деревка Любешівського району.

Але цього разу ми хочемо більше уваги приділити переможцю конкурсу історій у листах, де 150 гривень за най-

кращу розповідь дістануться жителю села Садів Луцького району Волинської області **Леоніду Палійчуку**. Пан Леонід не лише розклав по полицках наше запитання, а й написав про деякі неймовірні моменти з особистого життя. «У випадку зі мною я використовував не саме дзеркало, а скло, і побачив одну

## Я використовував не саме дзеркало, а скло, і побачив одну важливу подію... XIII століття в динамічному русі протягом 20 — 30 секунд.

важливу подію... XIII століття в динамічному русі протягом 20 — 30 секунд. Після того від несподіванки я аж стрепнувся! Хоча зі мною в житті траплялося не одне диво. Був момент, коли у 1966 році на уроці фізкультури перестав відчувати ногами землю — і так тривало протягом трьох днів (тільки під час бігу!) Але я процитую вам уривок із книжки М. П. Погодіна «Проста мова про мудровані речі», написаної ще 1873 року. Вона, зокрема, розповідає про молоду дівчину О. Оленіну з дворянської родини, яка жила в XIX столітті і бачила з допомогою дзеркала неймовірні речі. Вперше це відбулось під час російсько-пруссько-французької війни 1806—1807 років. «...Якось в одному домі зібралось багато подруг Оленіної, котрі скаржились на відсутність звісток про рідних та близьких, що не надходили з фронту до їхнього села. Одній із присутніх спало на думку поворожити в дзеркалі на свого брата, як це робиться на Святки. До столу сіла дочка господарів... Довго сиділа вона, не мовлячи й слова. Вже і набридати це починало присутнім. І раптом заговорила: «Ось, ось туман збігає зі скла, ось лісок, піщаний берег, ріка велика, бистра ріка! Господи, скільки народу! Все війська, табір, солдати, гармати, коні на обох берегах. Що ж це так метушаться біля підшви гори, на самому березі? Здається, всі штабні тут... А, ось відчалив човен від того берега, в ньому маленький на зріст генерал сидить: ось пліт на середині ріки, другий човен причалив, дивися!» Оленіна підійшла і стала за стільцем подруги,

поглянула в дзеркало й сама побачила все це. Ось і другий генерал зійшов на пліт, він обернувся. «Государ!» — скрикнула дочка господарів і скочила, сама вражена побаченим. А було це в день підписання Тильзітського договору, зустрічі двох імператорів (Олександра I і Наполеона), про яку й думати ніхто не міг, і відбувалася вона з метою секретності вельми своєрідно — на плоту посеред ріки зійшлися два імператори, щоб поговорити без свідків... І ось — на тобі! Дівчиська підгледіли це з відстані в декілька сотень кілометрів!..»

Вражаюче! Переможців просимо надіслати на адресу редакції копії першої та другої сторінок паспорта та ідентифікаційного коду.

А нам уже час ставити нове запитання.

## «ГАРБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» — 30 (2018)

«Посірілі думки наших думок плетуть собі клубочок...» От хочеться, щоб сьогодні і ваші думки, як співає чудовий український гурт «Без обмежень», посірілі трохи. Бо запитання наше «чорно-біле». Пов'язане із твариною, яка і на кольоровому фото мало відрізняється від чорно-білого.

Її зображують як символ расової терпимості. Бо народжується рожево-білою, хоча з часом стає... чорно-білою. Тобто, одночасно завдяки кольорам і місцю проживання є і європейцем, і африканцем, і американцем, і азіатом...

У гарбузі знаходиться папірець, на якому написана назва країни, в якій вона тотально поширена і за вбивство якої на браконьєрів там чекає... смертна кара. Бо ще три роки тому ця тварина належала до категорії зникаючих, але тепер, слава Богу, кількість особин зросла. Як і кількість мультфільмів, фільмів та різноманітних історій про цього добряка, хоч і хижака...

## Назву якої держави ми заховаємо у гарбузі?

Слово-відповідь треба надіслати до 29 липня тільки у вигляді sms-повідомлення на номери: **0501354776** і **0672829775** (наприклад: «Футбол», «Три богатирі», «Петро Панчук»).

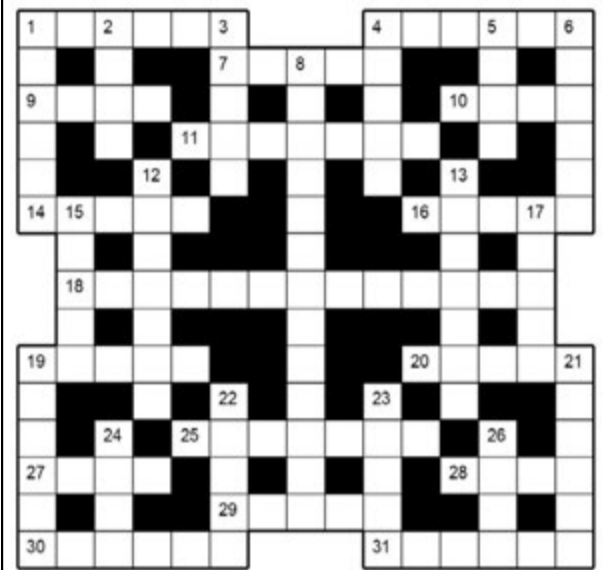
**Увага:** з одного номера можна відправляти лише одне sms! Цей номер і братиме участь у жеребкуванні при розіграві призових 200 гривень, якщо правильних відповідей буде більше двох.

А ще спеціальний приз — 150 гривень — отримає той, хто в листі на поштову адресу (43 025, Луцьк, просп. Воли, 13) чи електронну (**tsikava.gazeta@gmail.com**) найяскравіше опише, як шукав чи шукали правильну відповідь.

## До зустрічі!



## КРОСВОРД



**По горизонталі:** 1. Верхній чоловічий одяг з овечої шкури хутром усередину. 4. Український письменник, автор роману «Третя рота». 7. Небезпечне інфекційне захворювання. 9. Річка у Швейцарії і Франції. 10. Є пенсійний, благодійний, інвестиційний, ... . 11. Валюта Нікарагуа. 14. Лікарська рослина («Божа благодать»). 16. Отвір у стіні приміщення. 18. Урочисте побажання молодятам від батьків у день весілля. 19. Великий хижий птах. 20. Південно-азійське вічнозелене дерево. 25. Північний полярний регіон Землі. 27. Різновид літературного твору. 28. Місто на Одещині. 29. Найнижча частина нижньої кінцівки людини. 30. Приємне відчуття, пов'язане з потребою споживання їжі. 31. Тканина із хімічних волокон.

**По вертикалі:** 1. Місто-дерево у Білорусі. 2. Вид мистецтва. 3. Особа, що зробила відкриття чи винахід. 4. Вид спортивної боротьби. 5. Річка, відома «золотою лихоманкою». 6. Штат США. 8. Плавання суден водними шляхами. 12. Автор збірки «Перстень і посох». 13. Струнний ударно-клавішний музичний інструмент. 15. Морська промислова риба різновиду плітки. 17. Озеро в Африці. 19. Закритий пасажирський віз із ресорами. 21. Одиниця вимірювання плоских кутів. 22. Символ віри. 23. Рок-гурт «... Ельзи». 24. Ділянка землі під посівами. 26. Столиця Республіки Корея.

Склав Микола ДЕНИСЮК,  
с. Щитинська Воля Ратнівського району.

## Відповіді — у наступному номері

## ВІДПОВІДІ НА ЧАЙНВОРД ВІД 12 ЛИПНЯ

1-2. Павло. 2-3. Об'явлення. 3-4. Язик. 4-5. Катехізіс. 5-6. Симон. 6-7. Назарянин. 7-8. Незгода. 8-9. Авторитет. 9-10. Торжество. 10-11. Осторога. 11-12. Аморалізм. 12-13. Митрополит. 13-14. Таїнство. 14-15. Оберіг. 15-16. Гнів. 16-17. Віра. 17-18. Ала. 18-19. Апостол.

## SUDOKU

Правила нескладні: заповніть порожні клітинки цифрами від 1 до 9 так, щоб у кожному рядку і кожному стовпчику не було двох однакових.

Склав Леонід МАНЧИНСЬКИЙ.



## Відповіді на кросворд SUDOKU, опублікований 12 липня

Відповіді — у наступному номері «Цікавої газети»



## Усміхніться!

:)) :)) :))  
— Скажіть, що змушує вас напиватися щодня?  
— Нічого не змушує, я доброволець.  
:)) :)) :))  
— Розкажіть, підсудний, як ви здійснили пограбування?  
— Яке пограбування? Вони самі попросили.

— Як це?  
— Ну, підходять до мене ввечері два чоловіки і кажуть: «Знімай годинник і черевики». Я і зняв: з одного — годинник, з іншого — черевики!  
:)) :)) :))  
На складанні іспиту на отримання прав. Інструктор:  
— На жаль, ви його не склали.

— Як же я міг його скласти, якщо я навіть не рушив із місця?  
— А як ви могли рушити, якщо ви залізли на задні сидіння?  
:)) :)) :))  
Приходить товста жінка в спортивний магазин і гордо питає у продавця:  
— Я хотіла б подивитися на купальник, який би мені підійшов.  
Продавчиня, уважно оглянувши її:  
— Я теж.

:)) :)) :))  
— Скажіть, а коли ви зацікавилися парашутним спортом?  
— Чесно кажучи, коли побачив, що горить і другий двигун.  
:)) :)) :))  
Зустрічаються двоє.  
— Як живеш? — запитує один.  
— Нічого, — відповідає другий. — Коли погано почуваюся, забирає «швидка», коли добре — поліція.

## ● ШПАРГАЛКА ДЛЯ ДВОХ

# І сказав тоді Обама: «Схоже, це — вона. Ти щасливчик!»

Перед тим, як одружуватись, екс-президент Сполучених Штатів радить задати три важливих запитання про «свою другу половинку»

Фото telegraph.co.uk.

Лія ЛІС

**44**-й глава Білого дому вже 25 років, як перебуває у шлюбі зі своєю дружиною Мішель. Незважаючи на довгі роки, проведені разом, закохани не втрачають інтересу один до одного, знаходять одне в одному натхнення і підтримку, та, як зазначає видання «Новоє время», виглядають поруч такими ж окриленними, ніби перебувають на першому побаченні.

Як досвідчений чоловік і батько двох доньок, 56-літній Барак Обама сміливо може виступати експертом із сімейних стосунків. Це він і зробив, дізнавшись, що його колишній директор зі зв'язків із громадськістю Ден Пфайффер збирається з'їхатися зі своєю дівчиною.



«Ніхто не має такого почуття гумору, як моя Мішель».

**Запитайте в самого себе, чи змушує ваш партнер (партнерка) вас сміятися?**

часу, ніж із будь-кимось іншим. І немає нічого важливішого, ніж довіряти його думці, і завжди хотіти почути його поради».

По-друге, запитайте у самого себе, чи змушує ваш партнер (партнерка) вас сміятися?

І, нарешті, по-третє, якщо в майбутньому ви хочете дітей, подумайте, чи хорошою мамою (батьком) буде ваша друга половинка? На думку Барака Обами, це ті аспекти, які справді важливі в довгостроковій сімейній перспективі.

Коли Пфайффер відповів екс-президенту, що його дівчина «неймовірно цікава, має краще

почуття гумору, ніж я, і буде неймовірною мамою», Обама сказав: «Схоже, це — вона. Ти щасливчик!».

Сам Барак Обама ніколи не соромився хвалити свою дружину Мішель. В одному з інтерв'ю він сказав, що в неї почуття гумору краще, ніж у будь-якої іншої людини в цьому світі. А в бесіді з Опрою Вінфрі він описав дружину, як свою «скелю» та опору.

«Немає сумнівів в тому, що, проживши з Мішель, я став кращою версією себе, — відзначав Барак Обама в інтерв'ю для Vogue в 2013 році. — А Мішель зі мною стала більш терплячою».

## ● МУЖНІСТЬ СТОЛІТЬ

## Не вінчайтеся у свій день народження

У які числа місяця ні в якому разі не можна виходити заміж

Петро МАКАРУК

У народі знають, що весілля в деякі дні веде до нещастя. Тому — варто ретельно вибирати не тільки його місяць, але і день тижня.

Найщасливіші дні для одруження: понеділок (до багатства), вівторок (до здоров'я), середа (на щастя), а ось четвер і п'ятниця — найважчі для майбутнього сімейного життя.

Марновірне ставлення людей до деяких чисел відобразилось у весільній символіці. Найголовніше, щоб день церемонії не припадав на «чортове» 13-те число. А ось 3, 5, 7 і 9 — навпаки, вважались щасливими для здійснення обряду. За давньою візантійською традицією, найкращий день для початку сімейно-

го життя — свято Покрови Пресвятої Богородиці (14 жовтня). Наречені одягають весільне вбрання — білосніжний покрив.

Особлива ремарка: хто вінчався на власні іменини — буде, на жаль, нещасливим. Також поганими датами для весілля вважаються 29 лютого, 11 червня, 16 липня.

**Найщасливіший день для одруження... понеділок! Або свято Покрови Пресвятої Богородиці — 14 жовтня.**

## ● ТАК НІХТО НЕ КОХАВ

Фото Youtube.com.



«Я не залишу тебе».

## «Моя душа бачить...»

**Він сидів у фойє готелю. Стильно одягнений. У темних окулярах. «Нічна фея», побачивши «здобич», присіла поруч.**

— Сумуєш, красунчику? Тут непоганий бар.

— Він вас не бачить.

**Жриця кохання невдоволено глянула на молоду гарну жінку.**

— А?..

— Я його дружина

земне життя, в інший світ, до ангелів. Наодинці сумує. Кається. І мовчить...

Назар першим після лікарні затіяв розмову, якої боялася Настя:

— Ти не повинна бути моїм поводитирем. Я згідний на розлучення. В моїх очах порожнеча. І в серці. І в тілі.

— Я не залишу тебе.

— Моя кохана дівчинко, життя з інвалідом — мука. Просто ти не знаєш цього. І я... я більше ніколи не зможу бачити тебе, твоєї вроди, усмішки. Це мука і для мене.

Дві тоненькі цівки сліз смутком пливли по Настиному обличчю.

— Не плач, дівчинко.

— Ти... ти бачиш?..

Родичі, друзі, знайомі співчували Насті й радили добре поду-

**І я... я більше ніколи не зможу бачити тебе, твоєї вроди, усмішки. Це мука і для мене.**

мати, чи варто жити з незрячим.

— Мені б твою красу, — сказала Валя, одна з подруг, — я би олігарха спокусила б. А ти хочеш бути живою білою тростинкою для чоловіка-інваліда. Заради чого йдеш на такі жертви? Гадаєш, хтось це оцінить?

— Я кохаю Назара.

— Цікаво, чи надовго вистачить твого кохання і терпіння. Як із таким на люди вийти? Яка користь від каліки?

Подібних розмов Настя переслухала і пережила багато. «Він бачить більше, ніж ви», — відповідала настирливим радникам.

...Щось підганяло Настю до дому. Вона хотіла забігти після роботи в перукарню. Але на серці такий неспокій...

Назар тримав жменю таблеток. На столі — горняк води.

— Не смій! — вигукнула.

Чоловік здригнувся. Пігулки висипалися і розкотилися долівкою.

— Ніколи, чуєш, більше ніколи, не роби цього! Навіть не думай! — кричала крізь слези.

**Закінчення на с. 7.**

Ольга ЧОРНА

...Літній вечір приємною прохолодою обіймав Настині плечі. Він не міг не закохатися в її вроду. І у величезні сині очі, в яких було щось магічне від неба.

Настя вкотре глянула на годинник. Назар, чоловік, чомусь запізнюється. Сьогодні четверта річниця їхнього весілля. Назар запросив її в ресторан у парку, що над мініатюрним озерцем, — тиху місцинку посеред гамірного міста. Настя усміхнулася. Назар не знає, який подарунок вона йому приготувала. Він шалено хоче стати батьком. Мріє, щоб народилася доня. Настя подарує чоловікові гарну звістку.

Почало темніти. Назара не було. Настя поволі пішла в бік автобусної зупинки. На серці ставало дедалі тривожніше.

Свекруха зателефонувала близько опівночі. Захриплим від хвилювання голосом повідомила, що Назар у лікарні. Його авто потрапило в аварію.

...Лікар співчутливо дивився на Настю.

— Ваш чоловік утратив зір. Повністю.

— Він ніколи?..

В її очах потемніло. Лікар кинувся приводити молоду жінку до тями. Опам'яталася в палаті. Поруч сиділа мати.

— Що трапилося? — прошепотіла.

— Ми не знали, що ти була вагітна.

— Була? Чому була?

Спершу втішала Настю матір. Потім — лікарка. А вона подумки прощалася з їхньою з Назаром ненародженою донечкою...

Настя так і не сказала чоловікові, що втратила дитину. Не хотіла засмучувати. Сама «провела» душу, яка не встигла спізнати